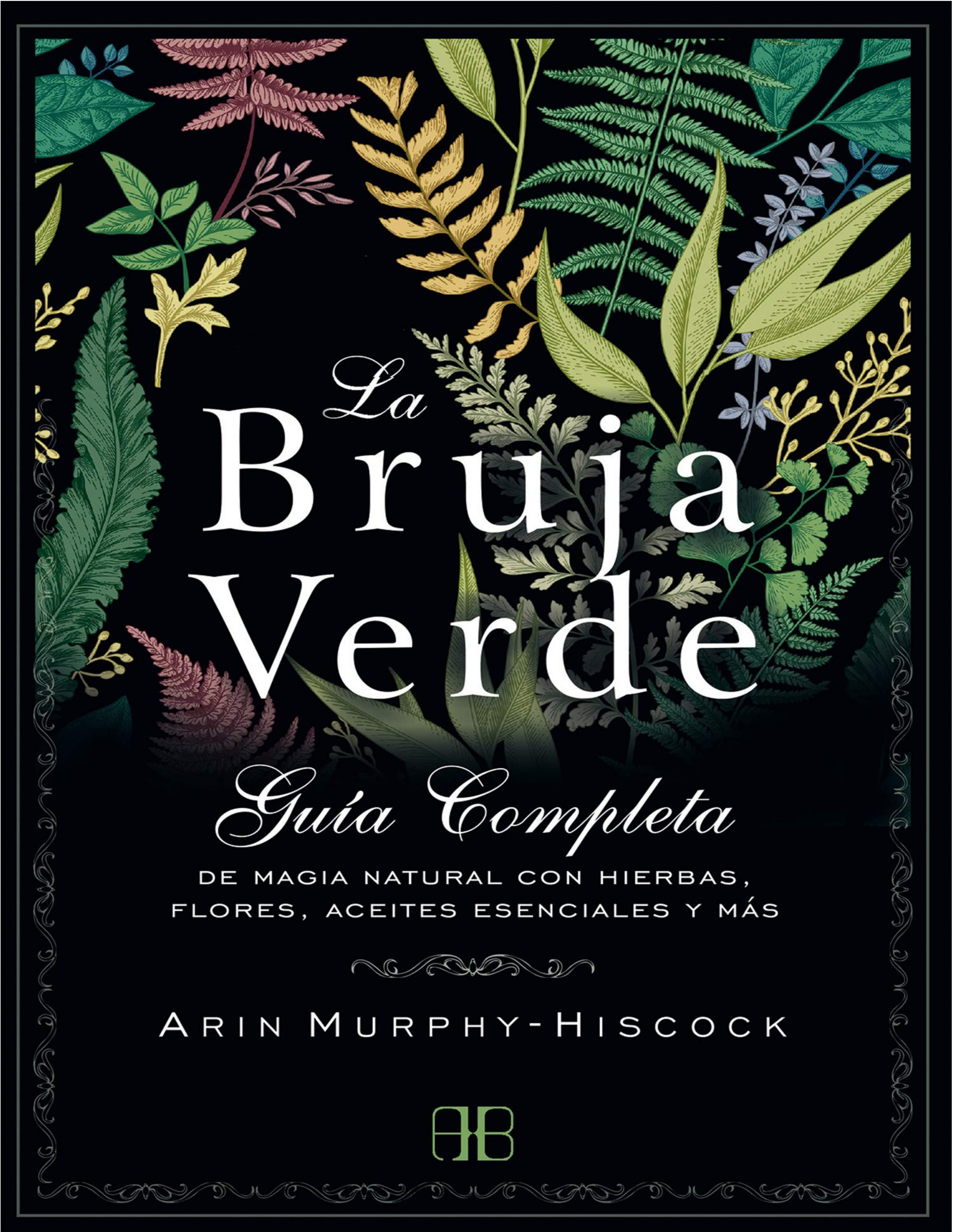

La
Bruja
Verde
Guía Completa
DE MAGIA NATURAL CON HIERBAS, FLORES, ACEITES ESENCIALES Y MÁS
ARIN MURPHY-HISCOCK
AB

Contenido

Dedicación

Para Saya y Sydney, que pueden estar entre la próxima generación de verde brujas

Introducción

Sean cuales sean sus razones para buscar el equilibrio, encontrará esa armonización usted mismo con la energía de la naturaleza puede ayudarlo a liberarse de los estresores en tu vida y enfócate en el aquí y ahora. Y no hay mejor manera de explorar la generosidad de la naturaleza que siguiendo el camino de la bruja verde.

El camino de la bruja verde es el camino del naturalista, el herbolario y el curandero. Es una práctica de forma libre, flexible y personalizada para cualquier persona. quien quiere explorar los dones de la naturaleza y usarlos para encontrar el equilibrio y Armonía en la vida. Con *The Green Witch* encontrarás la información que necesitas para desarrollar y nutrir la práctica espiritual de la brujería verde, por consejo

en caminar por el camino verde en el mundo moderno a la información esencial hierbas, plantas, árboles, piedras y más. Encontrarás recetas, ejercicios, rituales. sugerencias e instrucciones para hacer pociones y mezclas de hierbas para fines tanto mundano como mágico.

Desde cuestiones como la historia de la práctica hasta la creación de la suya. tradiciones individuales, *The Green Witch* es una guía positiva y práctica para bruja verde moderna que intenta conectarse con la naturaleza en la sociedad actual. Que es tan relevante y único acerca de la brujería verde es que es un altamente especializado y práctica en solitario. No todos se sentirán atraídos por las mismas cosas y prácticas del mismo modo. Se trata de encontrar un equilibrio viable en *tu* propia vida dentro de *Su* propio entorno.

La bruja verde trabaja en estrecha colaboración con la naturaleza y sus dones. Ella usa natural elementos para mejorar el bienestar del cuerpo físico, el espíritu y el ambiente, y trabaja para establecer una conexión personal con lo natural mundo. Puede parecer un desafío armonizar con la naturaleza en la actualidad. mundo tecnológico e industrial. Afortunadamente, no necesita eliminar o

revertir las influencias modernas. Lo que debes hacer es descubrir cómo conectarte su vida moderna a ese conocimiento anterior que está esperando que lo encuentre de nuevo. El truco es reconocer la presencia de energía verde en el mundo. hoy y para ver cómo sigue funcionando.

Escucha el mundo que te rodea. Abre tu corazón. Reequilibrio Y disfrutar tu viaje.

Nota: Aunque la bruja verde y el lector se conocen como "ella" en todo momento este texto, el camino de ninguna manera excluye a los practicantes masculinos, que son más

Común todos los días. El pronombre "ella" fue elegido simplemente por conveniencia.

Capítulo 1

¿Qué es la brujería verde?

H istóricamente, A bruja verde VIVIÓ aparte, utilizando las energías de las plantas y árboles a su alrededor para curar a otros. Los que necesitaban sus servicios viajaron para ver su. En estos días, es más probable que una bruja verde viva en medio de una ciudad o en las afueras. Ella podría trabajar en cualquiera de una variedad de campos, como negocios, medicina o enseñanza, o podría ser una madre a tiempo completo.

Una bruja verde no se define por dónde vive o qué hace para traer casa un cheque de pago. Tampoco se limita a trabajar con plantas, árboles o hierbas. Ella no está, como la gente podría suponer, definida únicamente por la forma particular en que ella expresa su espiritualidad o por la religión que sigue. Una bruja verde es definido por su relación con el mundo que la rodea, por su ética y por su afinidad con el mundo natural. En esencia, ella vive la vida de una bruja verde: ella vive el camino verde.

El camino de la bruja verde es un camino intensamente personal que integra capacidad, gustos y disgustos, el clima de una ubicación geográfica particular, y interacción con la energía de ese ambiente. No es una tradición tanto como Una adaptación personal de un ideal.

El camino de la bruja verde

En la percepción popular, la práctica de la brujería verde se basa en la naturaleza. expresión de espiritualidad que se enfoca en la interacción del individuo con su

o su entorno natural. La brujería en sí es una práctica que implica el uso de las energías naturales como ayuda para cumplir una tarea o alcanzar una meta. En en general, la brujería reconoce a un dios y una diosa (a veces únicamente un diosa) y reconoce que la magia es un fenómeno natural.

La brujería se confunde con frecuencia con Wicca, que es una moderna, Religión alternativa basada en la naturaleza. Mientras que la Wicca y la brujería poseen muchos similitudes, incluida la reverencia por la naturaleza, Wicca es un específico, formal religión. Hay una gran variedad de formas de brujería, con diferentes grados.

de estructura. Por el bien de este libro, el término "brujería" se refiere a la práctica de trabajar con energías naturales para lograr objetivos, sin un contexto religioso

Una bruja verde, entonces, es alguien que vive el camino verde y es consciente de

cómo fluye la energía de la naturaleza a través de su vida y su entorno, incluso si eso el entorno no es el jardín tradicional y el entorno forestal popularizado por cuentos de hadas y nociones romantizadas.

¿Por qué usamos la frase "vivir el camino" en lugar de simplemente decir "practicar el verde brujería"? Es muy simple. La brujería verde no es una práctica separada de la ordinaria la vida, como la magia ritual, por ejemplo; Es una experiencia de inmersión total que lo abarca todo en donde toda la vida es una experiencia mágica.

La brujería verde no es una tradición formal en el sentido de Gardnerian Wicca, Dianic Wicca, Feri Tradition u otras formas establecidas. Cuando usamos la frase "la tradición de la bruja verde", no nos referimos a una línea ininterrumpida de iniciados o un cuerpo establecido de tradición. En cambio, nos estamos refiriendo a los diversos prácticas de diversos lugares que se unen para informar el verde moderno bruja y sabia.

Debido a que el camino de la bruja verde es una práctica individual individualizada, cualquier libro moderno sobre brujería verde es simplemente la forma de un solo autor de interpretando la práctica. La iniciación en la brujería verde es técnicamente imposible. No existe ningún cuerpo de conocimiento formal transmitido a través de entrenamiento cuidadoso, no hay una mente grupal establecida con la cual estás conectado ceremonias sagradas realizadas por ancianos. Algunos grupos eclécticos modernos pueden basar su práctica habitual en los ideales de la brujería verde, pero no es el la misma cosa.

Un practicante de brujería verde puede transmitir su conocimiento personal, incluidas sus notas personales y escritos, a otro, pero eso no es un proceso de iniciación. Lectura de las ideas y puntos de vista de un autor específico sobre El camino de la bruja verde es una forma de aprendizaje en el que aprendes un nuevo forma de ver tu mundo y descubrir nuevos ejercicios y técnicas que te ayudará a refinar y profundizar tu conexión con el mundo natural que te rodea tú. Este proceso no puede ser tan intensamente personal como tradicional aprendizaje, donde el aprendiz trabajó al lado del maestro, pero es un forma moderna de adquirir el conocimiento y las habilidades de un particular facultativo.

PERSPECTIVAS DE LA BRUJA VERDE

Los conceptos de curación, armonía y equilibrio son clave para el verde. La práctica de la bruja y su perspectiva de la vida. Estos conceptos encarnan tres distintos se centra:

1. La tierra (su entorno local, así como el planeta)
2. Humanidad (en general, así como su comunidad local y círculos de amigos y conocidos)
3. usted mismo

La tierra a menudo se destaca como el foco principal de la bruja verde, que es un poco injusto La bruja verde entiende que la tierra incorpora el planeta y todos los seres vivos sobre él, incluidos animales, plantas y personas. En a este respecto, sí: la tierra es un término colectivo para todos los seres vivos. Sin embargo, la bruja verde también sabe que agruparlos a todos significa que a veces olvidamos el énfasis más individual que cada uno merece. Podemos denunciar El maltrato general del suministro de agua de nuestro planeta, pero la acción local a menudo

tiene más efecto inmediato en nuestro medio ambiente que demostrar en Frente a una torre de oficinas. "Limpia tu propio patio trasero" es una frase que dice el verde bruja entiende bien.

La gente también es la provincia de la bruja verde. La bruja verde moderna entiende que la humanidad impacta el mundo natural, no solo a través de cómo los individuos lo tratan, pero también a través de la energía creada por sus sentimientos y creencias. Así como la energía de la naturaleza nos afecta, también nuestra energía afecta a la naturaleza, y ese efecto no siempre es positivo. Por lo tanto, la bruja verde busca Mantener la armonía entre la humanidad y la naturaleza. Ella también entiende que las personas afectan a otras personas con su energía, y ella se esfuerza por mantener un entorno energético armonioso en el que las personas pueden sentirse tranquilas y facultados para mejorar de manera positiva e interactuar con cada uno otro con facilidad y amor.

Finalmente, la bruja verde debe funcionar en armonía con las realidades de ella. propia vida. Esto significa resolver sus propios objetivos y obstáculos y conocer usted mismo para que pueda aplicar sus energías y habilidades al mejor de tu habilidad. Tu verdadero yo no es necesariamente el yo que deseas ser; eso es el ser que realmente eres. Encontrar este verdadero yo puede ser muy difícil objetivo. Nos mentimos a nosotros mismos de manera regular, a menudo tan bien que somos completamente sordo a ciertos aspectos de nuestras personalidades hasta el día de nuestra muerte. Sin embargo, trabajar con ese lado sombrío de nosotros mismos puede ser gratificante, y mantener una armonía entre nuestros aspectos más oscuros y nuestros aspectos positivos. aspectos equilibra nuestra energía personal.

ÉTICA DEL CAMINO DE LA BRUJA VERDE

En cualquier camino relacionado con la expresión de la espiritualidad, el concepto de ética es importante. Curiosamente, no hay reglas éticas o morales asociadas con el camino de la bruja verde que no sea el que el practicante ya posee.¿Por qué no hay reglas éticas establecidas en la práctica de la brujería verde? Primero de la práctica es tan personal que crea una ética general el sistema excluiría a algunos practicantes o los obligaría a cambiar a quienes son. La brujería verde no se trata de obligar a un individuo a cambiar; se trata de un Elección individual para armonizar su propia vida con la energía de la naturaleza. En segundo lugar, la bruja verde está tan en sintonía con su entorno que un conjunto de Las restricciones éticas son innecesarias. Saber que eres parte de un gran todo hace que sea difícil actuar contra ese todo. Trabajando con la tierra significa que actuar contra él sería contraproducente, y eso incluye actuando contra un miembro de la energía extendida de la tierra, como otras personas, animales, plantas, etc. Es difícil actuar de manera poco ética cuando entender cómo todos y todo se ven afectados por la negatividad de tales una acción.

Si amas y respetas el mundo que te rodea, no abusarás de él. Cuanta más empatía y simpatía que siente por su entorno, mejor los tratará. Esto está ligado a La regla de oro básica que se encuentra en varias religiones. Es reciprocidad ética: si tratas a esos a tu alrededor con cortesía, te extenderán lo mismo. Lo que pones en el el mundo vuelve a ti, y eso se aplica a los pensamientos, los actos y la energía.

Con la conciencia bien sintonizada la bruja verde se esfuerza por poseer un conocimiento de quién y qué se verá afectado por sus acciones Con este entendimiento, y el sentido de responsabilidad obtendra sus opciones
la tutela de la vida que ella también posee, un enfoque adicional en la ética es innecesario. La naturaleza es tu madre, tu padre y tu mejor amigo. Eso
no tiene sentido dañar a sus parientes o amigos intencionalmente. Piensa en el amor y respeto que tienes por la tierra. Extiende ese respeto a todas las criaturas que conforman el mundo natural. Humanos, animales, plantas, árboles, todos son parte de la naturaleza. Naturalmente, los tratas con el mismo respeto con el que tratar a la tierra ella misma.

Una breve historia de la brujería verde

Las prácticas de la bruja verde moderna han surgido de los curanderos populares y practicantes de magia popular. La bruja verde moderna encuentra a sus abuelas y antepasadosen herbolarios del pueblo, comadronas, sanadoras, mujeres sabias y gente astuta que realizaba servicios particulares para sus comunidades.

Los deberes de estos ancestros espirituales de la bruja verde generalmente incluían partería y preparación de los muertos para el entierro, así como el uso de varios plantas para sanar mente y cuerpo. Estas personas poseían conocimiento de ambas vidas. y muerte Sabían qué tipo de flora podía crear ambos estados de
existencia. Estas brujas verdes anteriores, aunque a menudo respetadas, eran más frecuentestemido o desconfiado por el conocimiento que tenían. Fueron a menudo marginados por sus comunidades y vivían solos o lejos de lo social
centro de la comunidad. Incluso hoy, la sociedad a menudo se siente incómoda con aquellos que poseen conocimiento no poseído por el hombre común.Sin embargo, también es probable que los ancestros espirituales del verde moderno bruja eligió vivir separada del centro de la comunidad porque es
Es más difícil escuchar lo que la naturaleza tiene para comunicarte cuando estás rodeado de gente Estar más cerca de los bosques y campos hizo más fácil para la gente astuta para comunicarse con las energías del mundo vivo del verde y para juntar lo que necesitaban.Los practicantes de la magia popular, los que viven en la segunda rama de la magia
El árbol genealógico de la bruja verde no está necesariamente separado del primero. A veces los sanadores también eran lanzadores de hechizos que realizaban magia popular. particular a la región (como el pennsylvanian pow-wow), pero con mayor frecuencia solo eran abuelas que tenían talento para "arreglar" las cosas. Magia popular
está compuesto de tradiciones y prácticas que se han transmitido en un
área geográfica o culturalmente específica. Generalmente se enfoca en la adivinación para amor y matrimonio, éxito agrícola y predicción del clima.Owen Davies, autor del fascinante *Cunning-Folk: Popular Magic en Historia inglesa* , explica que en lugar de ser sanadores, gente astuta
originalmente se ocupó principalmente de levantar hechizos de personas que creían ellos mismos para ser víctimas de una maldición o de algún tipo de hechizo. Brujería era el suelo en el que crecían las carreras de los astutos; cuando es popular
La creencia en la brujería terminó, los roles de la gente astuta también terminaron.

CAMINOS SIMILARES

Hay otros caminos modernos que se parecen al camino de la bruja verde. Las brujas de cocina y las brujas de seto observan prácticas similares y, de hecho, a veces las personas usan estos términos indistintamente con brujería verde. Todas tres caminos tienen tres cosas básicas en común: se basan en la magia popular, no requieren un elemento espiritual, y los caminantes en los tres caminos tienden a ser practicantes solitarios.

Antes de lanzarnos a un examen completo de lo que constituye lo moderno camino de la bruja verde, echemos un vistazo a la brujería de cocina y la magia de cobertura y ver cómo son similares y cómo difieren entre sí.

- **Las brujas de la cocina,** orientadas a la familia, se centran en la magia realizada en El corazón de la casa moderna: la cocina. La bruja de la cocina la basa práctica mágica en sus actividades domésticas cotidianas y cocina, limpiar, hornear, etc. se convierten en la base de su magia hechos. Barrer el piso libre de polvo y suciedad puede inspirar una simultanea

  limpieza de energía negativa, por ejemplo. Una bruja de cocina trabaja intuitivamente en lugar de ritualmente y puede o no hacer un seguimiento de cómo ella trabajos.
- **Las brujas de cobertura,** un término usado más en el Reino Unido que en los Estados Unidos, viven cerca de naturaleza, a menudo lejos de las zonas urbanas. Cuando piensas en el clásico mujer sabia en las afueras de la ciudad que fue visitada por encantos de amor y pociones curativas, tienes una idea bastante decente de lo que es una bruja de cobertura. La bruja de setos moderna suele ser una practicante en solitario de un camino neopagano quien usa el hechizo como base para su trabajo.

Los practicantes modernos a menudo tratan de vincular su práctica con algún tipo de historia. para crear un sentido de tradición, pero ese sentido de la tradición no es tan importante como el sentido de uno mismo. Esto es particularmente cierto en el camino de la bruja verde.

Es fácil mirar hacia atrás y reconocer las influencias del pasado en la práctica moderna, pero cada bruja verde crea su propia práctica. No hay iniciación, no hay adherencia a un conjunto de reglas. Vivir el camino verde es real y verdaderamente un reflejo de la luz interior de la bruja verde.

LA BRUJA VERDE MODERNA

A pesar de su llamado progreso, nuestra sociedad moderna tiende a mirar hacia atrás tiempo más simple, a pesar de que los días pioneros fueron probablemente más difíciles y más aislado que la vida de hoy. Este anhelo no es nostalgia, que es un anhelo de Un recuerdo aerógrafo. Es una atracción subconsciente genuina al conocimiento que ha sido oscurecido por la innovación, el progreso y la mejora. No necesitamos para eliminar o revertir la innovación moderna y renunciar a nuestras aceras y televisores y computadoras. Lo que debemos hacer es descubrir cómo conectarnos. en nuestro entorno moderno a ese conocimiento anterior que nos está esperando Encuéntralo de nuevo. Eliminar la tecnología y reemplazarla por brujería y La práctica basada en la agricultura no es la respuesta. Para revertir la evolución y simplemente sustituir algo más antiguo es una negación del mundo moderno. Una bruja verde No niega el mundo que la rodea. Ella lo acepta y busca entender cómo integrarlo en su práctica espiritual. La bruja verde sirve como un puente entre pasado y presente, nuevo y viejo. El truco es reconocer el presencia de energía verde tal como existe en el mundo de hoy, para aprender cómo verla como todavia funciona

Aprendiendo a identificarse con la tierra

El principal rasgo de identificación de la práctica ecológica es una estrecha identificación con el tierra. Aunque honrar la tierra y ser consciente del mundo natural es un Gran parte de la mayoría de las espiritualidades alternativas modernas, la bruja verdeno es necesariamente un miembro de un camino espiritual alternativo. El principal La diferencia entre el camino verde y las religiones neopaganas es que las formas divinas no son una parte esencial de la práctica de una bruja verde. Mientras la bruja verde es contenido para mirar la mitología y las religiones antiguas para profundizar en lo personal comprensión de cómo se ha percibido la energía de la tierra a lo largo de los siglos, ella no necesariamente adora a los dioses y diosas que son expresiones y representaciones de patrones de tierra y energía. El planeta mismo es un arquetipo de crianza, pero el refinamiento adicional de ese arquetipo no es necesario para la bruja verde. Dicho esto, una bruja verde a menudo encuentra un figura mitológica, ya sea una deidad o un héroe, que resuena con su personal creencias y energía. Ella encuentra inspiración en esta figura mitológica. Esto hace sin embargo, no conducen a la adoración de esa figura.

Mientras que las religiones alternativas promueven la idea de que la humanidad es un administrador

o custodio del planeta, la bruja verde entiende que ella es la manifestación de la tierra misma, no simplemente un cuidador. Ese sentido cercano de la identificación le permite trabajar en asociación con las energías de la tierra.

Alguien que honra la tierra y considera el mundo natural como su principal El maestro a veces es etiquetado como adorador de la naturaleza o llamado pagano. En uso moderno, sin embargo, los términos generalmente no son peyorativos. Ellos describen personas que honran lo divino en la naturaleza. En la práctica espiritual de la Nueva Era, el la palabra "pagana" está siendo reclamada por aquellos cuyos espíritus resuenan en el latido del corazón de la tierra misma. Entonces, ¿una bruja verde es pagana? Muchos lo son, pero no todas. El camino de la bruja verde no es, por definición, religioso. Es un camino espiritual, sí, pero la espiritualidad no necesariamente equivale a la religión. UNA bruja verde puede participar en cualquier religión y honrar lo divino en su propia siempre y cuando todavía honre a la naturaleza como sagrada y bendecida. El verde la bruja ve lo divino en toda la naturaleza, y cada bruja verde interpreta que divinidad un poco diferente.

CELEBRANDO LA VIDA

La brujería verde es una celebración continua de la vida. Es un diálogo con naturaleza, una práctica que enriquece tanto a la bruja verde como a la tierra misma. los El intercambio de energía produce múltiples beneficios que pueden expresarse de manera simple términos: a través de este diálogo, curamos la tierra y la tierra nos cura. Nosotros buscamos armonía a través de nuestras acciones. Buscamos equilibrar las energías que están torcidas.

Al igual que otros caminos que honran la tierra, se pueden encontrar las raíces de la brujería verde. en el calendario agrícola, turnos estacionales, patrones climáticos y magia popular realizado para la salud o la fertilidad. Gran parte de la práctica moderna neopagana proviene de la práctica básica de brujería verde. Tenga en cuenta que la palabra "raíces" es clave aquí: cuando algo está enraizado, surge de una fuente, pero sigue siendo fuertey anclado Negar raíces es negar tanto la base como la fuerza. Podemo solo ve el tronco y las ramas de un árbol, pero el sistema radicular es profundo y ancho

Como la brujería verde no es un camino formal, los practicantes son libres de adaptar lo que aprenden a lo que necesitan. Esto no significa simplemente modificar las prácticas creadas por otra persona; eso significa adaptarse a lo que hay que hacer. Significa ser flexible y receptivo a sus necesidades y las necesidades de la tierra.

Es importante tener en cuenta que la brujería verde no es Wicca. Wicca es una formal, religión estructurada que establece ciertos principios y pautas morales y cuyo Los seguidores celebran ciertos rituales de ciertas maneras. La brujería verde es un práctica no estructurada y flexible que no tiene vacaciones fijas y no es obligatoria rituales La bruja verde es adaptable. Ella crea su propio camino de acuerdo con sus fortalezas y talentos individuales y las energías y suministros nativos para ella ubicación geográfica

Si vive en Massachusetts, por ejemplo, y luego se muda a Nuevo México, su práctica cambiará a medida que se adapte a su nuevo entorno, la nueva flora y fauna a tu alrededor, y las nuevas energías del paisaje. Tú mismo se adaptará también. A medida que te estableces en una nueva relación con la tierra se manifiesta en Nuevo México, te descubrirás evolucionando para reflejarlo en una manera diferente a la que reflejabas el ambiente de Massachusetts.

La magia de ser una bruja verde

Usar la palabra "bruja" invariablemente nos lleva a la palabra "magia". Esto es un Palabra que puede causar confusión. La magia no es ilusión, ni es artificial. manipulación de fuerzas antinaturales. De hecho, la magia es perfectamente natural: es el uso de energía natural con intención consciente y conciencia para ayudar a lograr un mejor comprensión del mundo que te rodea y armonizarte con las energías del mundo

La mayoría de las brujas verdes consideran irrelevante el uso de la palabra "magia". La magia implica algo fuera de lo común. Pero para una bruja verde la Lo mundano es mágico. Cuando siente, responde y empuja suavemente el flujos de energía natural a su alrededor, nada podría ser más natural. Ella es realizando magia natural. La naturaleza misma es mágica. Lo cotidiano es sagrado para la bruja verde

Marian Green, autora de *Wild Witchcraft* y seguidora de un camino simpatiza con la filosofía de la bruja verde que abraza la magia natural y hedge craft, afirma que "la magia es el arte de aprender a reconocer estos elementos de cambio: los patrones naturales de flujo y reflujo, los tiempos de progreso, quedarse quieto y retirarse. . . La magia nos enseña a determinar de qué manera fluyen las mareas de la naturaleza, para ver en qué nivel corren y

lo que pueden ofrecernos a cada uno en este momento ". En opinión de Green, la magia es Aprender a armonizarse con las fuerzas de la naturaleza y la comprensión. cómo fluyen a través de tu vida. Este es, por supuesto, el trabajo de la vida del verde. bruja en pocas palabras.

Spellcraft es visto como un hecho perfectamente natural a lo largo del camino verde. Es preparar una taza de té de romero para un dolor de cabeza un hechizo? O es natural ¿medicamento? Para la bruja verde, realmente no importa. Lo que importa es el uso consciente de las energías del romero para ayudar a sanar un temporal desequilibrio. Es la conexión con el mundo natural y el reconocimiento. que todos somos parte de ese mundo que nos permite funcionar como un enlace entre El mundo de las personas y el mundo del verde.

En resumen, abriéndote a la energía de la naturaleza y aceptando que eres parte de esa gran sinfonía de energía y poder, permites usted mismo para participar de esa energía para reequilibrar su vida. Entonces puedes trabajar para reequilibrar las energías de otras situaciones.

En otras prácticas de brujería, hay métodos por los cuales se genera energía, dirigido a un objetivo u objetivo, y liberado. La bruja verde usa energía en un más lento, de manera más sutil. Buscando ser parte del flujo y reflujo del energía a su alrededor, por lo tanto, no recolecta deliberadamente energía para dar forma y lanzamiento. La bruja verde trabaja de adentro hacia afuera y se mueve con el flujo natural de las energías en lugar de tratar de manipularlas.

Usar la palabra "magia" puede llevarlo a ver su trabajo de bruja verde como algo apartado En este libro, no hay reglas para crear un círculo mágico. en el que debes trabajar, sin invocación obligatoria de deidades, sin secuencias de ritual formal que debe ser promulgado exactamente como está escrito. La práctica de la La bruja verde es una práctica fluida, natural y personal, que informa a cada Momento de cada día. Es importante reconocer cada momento como "mágico" y lleno de potencial. Todo es mágico, en el sentido de que es maravilloso. y único: cada respiración, cada paso, cada revuelo de su sopa. Cada acto es un acto de magia La magia es la vida misma.

Este conocimiento debe equilibrarse entendiendo que como un verde bruja, tienes la sagrada responsabilidad no solo de velar por la armonía de su entorno, pero también para recordar eso, como dice el autor Poppy Palin en *Craft of the Wild Witch* , "cada gesto positivo tiene el potencial de convertirse en un deletrear." Sin embargo, existe un peligro en la práctica de la brujería verde que la familiaridad puede generar desprecio. Reconociendo cada momento como mágico y llena de potencial, la bruja verde puede terminar desensibilizándose al punto donde ningún momento es especial Cuidado con caer en esta rutina. Permítete Maravíllate con frecuencia con la alegría y el poder de la naturaleza a medida que avanzan las estaciones. el año, en los aspectos hermosos y aterradores de los atardeceres y tormentas. Cada el momento es mágico porque tiene potencial, pero también porque es simplemente un momento. Lo mundano es sagrado para la bruja verde porque es mundano.La palabra "mundana" en sí se deriva del latín *mundus* , que significa "de el mundo material ", y es la energía creada por el mundo material que Fuentes del poder de la bruja verde.

JURAMENTO DE LA BRUJA VERDE

Fundamentalmente, la brujería verde es una actitud, un enfoque de la vida. Sin embargo, también existe la oportunidad de explorar el camino verde a través de ritual personal y la creación de hechizos y encantos. Ritual te ofrece el oportunidad de sintonizar tu energía personal con la energía que te rodea de una manera más de manera estructurada y experimentar la energía natural de su entorno de una manera diferente a la que haces en tu vida diaria.

Si te reconoces a ti mismo y a tus creencias en las páginas anteriores, entonces quizás el camino de la bruja verde te está llamando. Si desea formalmente declara estar en este camino y vivir la vida verde, puedes tomar esto juramento o úselo como base para escribir su propia versión más personal. Puedes abordar una deidad, como en este ejemplo y en otro lugar de este libro, o dejarlo fuera, como tu prefieras.

Señor y señora,
Espíritus de la naturaleza,
Elementos a mi alrededor
Bendíceme mientras camino por el camino de la bruja verde.
Que todas mis acciones sean para el bien de todos,
Para la humanidad y la naturaleza por igual.
Tráeme sabiduría y paz
Serenidad y equilibrio mientras camino por este camino.
Concédeme la confianza para hacer el trabajo que requieres de mí.
Y la fuerza para soportar las cargas que la vida me pide.
Juro proteger el alma de la naturaleza
Para trabajar con la naturaleza,
Para honrar a la naturaleza,
Y todos los que componen la multitud de la naturaleza.
Estas cosas prometo, y esto te pido,
En este día, en este lugar.
Como una bruja verde, lo juro.

Si lo desea, puede hacer esta promesa de nuevo cada año en un momento significativo para usted, al principio o al final de cada temporada, por ejemplo, para reafirmar su compromiso con tu camino y forma de vida. El capítulo 4 analiza las cuatro estaciones y varias actividades o rituales que puede realizar para sintonizarse aún más con las energías cambiantes del ciclo anual; haciendo este juramento parte de uno o todos cuatro celebraciones de temporada pueden mantener su compromiso fresco en su mente y espíritu.

ORACIÓN DE LA BRUJA VERDE

Si la idea de una oración diaria te atrae, esta es una manera encantadora de comenzar o termina tu día Trata de orar, en voz alta o en tu corazón, en un espacio que sea sagrado para usted, uno que está formalmente bendecido y consagrado o simplemente bendecido por uso en la vida diaria.

Señor y señora,
Espíritus de la naturaleza,
Elementos a mi alrededor
Bendíceme mientras me muevo por el mundo hoy.
Puedo traer alegría y tranquilidad a cada vida que toco.
Que mis acciones solo traigan armonía al mundo.
¿Puedo curar el dolor y calmar la ira,
¿Puedo crear alegría y equilibrio mientras camino por mi camino?
Apóyame y guíame, espíritus de la naturaleza,
Este día y todos los días por delante de mí.
Esto te pido, como una bruja verde,
Y gracias por tus muchas bendiciones.

La práctica de la bruja verde no tiene muchas campanas y silbatos, herramientas sofisticadas o rituales complicados. Quizás más que cualquier otro camino de brujería, el camino de la bruja verde se basa en tu filosofía de vida y cómo interactúas con el mundo que te rodea. Por esta razón, sus oraciones, el rituales que realiza, y su espacio sagrado debe ser personalmente significativo. Crear una práctica personal que refleje con precisión quién es usted y su El deseo de trabajar para crear armonía en el mundo que te rodea es la clave para vivir Una vida satisfactoria y plena como una bruja verde.

Capitulo 2

Abraza tu propio poder

LA BRUJERÍA DE LA COCINA L IKE, LA BRUJERÍA VERDE enfatiza la practicidad y actividad cotidiana No hay palabras especiales, no hay oraciones únicas, no uniformes, sin textos sagrados, sin herramientas obligatorias y sin especificidad Días festivos . . .a menos que los crees para ti. Mientras que el camino verde es muy En gran parte del arte de la práctica diaria, no se distingue como sagrado. Reconoce el sagrado en la vida cotidiana. El camino de la bruja verde es sagrado, mucho —Pero no aislado de lo secular. La vida secular misma es lo que es sagrado para la bruja verde

Capitulo 2

Abraza tu propio poder

LA BRUJERÍA DE LA COCINA L IKE, LA BRUJERÍA VERDE enfatiza la practicidad y actividad cotidiana No hay palabras especiales, no hay oraciones únicas, no uniformes, sin textos sagrados, sin herramientas obligatorias y sin especificidad Días festivos . . .a menos que los crees para ti. Mientras que el camino verde es muy En gran parte del arte de la práctica diaria, no se distingue como sagrado. Reconoce el sagrado en la vida cotidiana. El camino de la bruja verde es sagrado, mucho —Pero no aislado de lo secular. La vida secular misma es lo que es sagrado para la bruja verde

Dicho esto, y comprender la naturaleza personal de vivir el verde vida, se puede decir que el camino de la bruja verde se centra en ciertos problemas y energías experimentado en la vida secular. Lejos de ser simplemente una práctica basada en el uso de hierbas o materia verde, la práctica de la bruja verde gira en torno a trabajando para establecer y mantener la armonía dentro de sí misma, dentro de su comunidad y con la naturaleza.

Concéntrese en sus centros de energía

Hay siete áreas básicas o energías en las que la bruja verde practica se centra:

1. **Armonía:** dentro del yo; entre humanidad y naturaleza; Entre individuos; dentro de una comunidad o familia
2. **Salud:** del cuerpo, mente y espíritu; de lo natural inmediato ambiente; del entorno más amplio
3. **Amor:** para uno mismo; para otros individuos; para la humanidad
4. **Felicidad:** en uno mismo; en otros; en el mundo natural
5. **Paz:** dentro de uno mismo; dentro de una comunidad o familia; entre facciones; entre naciones
6. **Abundancia:** personal; familiar comunidad; nación; naturaleza; además incluye prosperidad y fertilidad, los cuales son aspectos de abundancia
7. **Protección:** personal; familiar comunidad; naturaleza

Estas siete áreas abarcan la mayor parte de la vida. Veamos uno por uno.

ARMONÍA

La armonía es la consigna y el objetivo principal de la práctica de la bruja verde. La armonía puede ser vista como la energía que ayuda a todas las otras energías a fluir y es capaz de aplicarse a cualquiera de las otras seis áreas de enfoque para ayudarlos a lo largo. Para mantener la armonía, debes equilibrar las otras seis áreas de tu vida, y cuando todo está en armonía, estas otras seis áreas fluirán sin problemas y en equilibrio Por supuesto, puede trabajar hacia la armonía como un objetivo general como bueno, y varios de los rituales, hechizos y recetas en este libro promueven armonía.

Cuando su energía personal está equilibrada y todas las diversas partes de estás en sintonía, estás en armonía contigo mismo. Eso es más difícil de lograr lo que parece. Todos poseemos rasgos que no nos gustan y deseamos no tenía Sin embargo, es importante reconocer esos fragmentos de su personalidad y espíritu, porque si los niegas, entonces estás tratando de rechazar un parte de ti mismo, y así niegas parte de tu propia energía. Al hacerlo, usted negar parte de tu conexión con la naturaleza. Armonía entre la humanidad y la naturaleza es importante y fomentar ese equilibrio entre la humanidad y el El mundo natural es parte del trabajo de la bruja verde. Porque alentador la armonía entre los individuos también es parte del camino verde, la comunicación dentro de la humanidad es una de las formas más comunes en que la energía se agita y

fue entregado. Esta comunicación es uno de los fundamentos de la sociedad.

SALUD

La salud afecta su bienestar físico, ciertamente, pero también afecta su bienestar emocional, mental y espiritual. La enfermedad es el resultado de, o crea, un desequilibrio en su energía personal, que luego debe ser reequilibrada para volver a la salud Escuchar y trabajar con la energía de tu propio cuerpo ayudarlo a mantener una mente y un espíritu equilibrados y saludables. Todos estos las energías son interdependientes y merecen ser tomadas en cuenta cuando uno o otro sale del equilibrio.

La salud de su entorno inmediato también afecta la salud de su propio cuerpo, mente, y espíritu Del mismo modo, la salud del medio ambiente es una preocupación general para la bruja verde, porque el medio ambiente afecta a toda la humanidad.

AMOR

La mayoría de las personas consideran que el amor es una parte importante de sus vidas. Ellos gastar mucha energía intentando encontrarlo, conservarlo o fortalecerlo. Pero hay más para amar que el tipo romántico que inmediatamente viene a la mente. Saludable El amor a uno mismo es crucial para una energía personal equilibrada y saludable. autoestima. El amor a la familia y amigos cercanos que forman la familia elegida es También es importante, porque es el amor de esos compañeros lo que te apoya en tu esfuerzos cotidianos Mantener relaciones positivas y equilibradas con estos La gente es parte integral de su equilibrio emocional y espiritual. Amor por todos la humanidad también es un área importante de enfoque para la bruja verde, a pesar de que puede ser difícil amar a alguien que no conoces personalmente o alguien a quien no conoces no me gusta. Amar a los demás es un ejemplo de honrar y respetar la naturaleza. y todas las criaturas de la naturaleza: es un acto de honrar su propia existencia y su lugar dentro de la energía de la naturaleza.

FELICIDAD

Como el amor, muchas personas luchan por la felicidad y la alegría. Hay muchos diferentes tipos de felicidad Tu propia alegría, por ejemplo, es un objetivo, pero tú También puede trabajar para la felicidad de los demás y del mundo natural. Mientras que la el mundo natural no necesariamente siente emociones como tú, hay una sensación de paz y satisfacción que se encuentra cuando un aspecto u objeto dentro del El mundo natural está en armonía con su entorno o contigo. Este estado puede ser considerado felicidad Es importante recordar que la felicidad es muy es algo muy personal y que ningún acto o elemento hará felices a todos. La felicidad también abarca la capacidad de regocijarse y celebrar el yo, y Cada persona celebra el yo de una manera única.

PAZ

La paz puede significar una variedad de cosas diferentes según su necesidad: serenidad, relajación, ausencia de agresión y tranquilidad, por ejemplo. Al igual que la felicidad, la paz es un concepto altamente individual y, por lo tanto, lo que constituye paz para ti, puede ser diferente de cómo alguien más la define.

Cuando una familia o comunidad esta en paz se equilibra dentro de si misma y en y en armonia con comunidades circundantes . La bruja verde trabaja para tranquilidad y paz, porque en un ambiente pacífico las energías que de lo contrario ser dirigido hacia la defensa o ataque de algún tipo puede ser dirigido hacia acciones más productivas y positivas.

ABUNDANCIA

La abundancia es un área de enfoque que abarca energías tales como prosperidad y fertilidad. Cuando tienes abundancia de algo, no ya no te preocupes por eso (¡a menos que sea una gran cantidad de problemas!), y sientes lo suficientemente seguro como para concentrarse en las áreas de su vida que requieren su atención en para equilibrarlos. Si se atienden sus necesidades, entonces tiene la libertad para cuidar a los demás. Al igual que con las otras áreas de enfoque, la bruja verde puede mirar a la abundancia personal, familiar y comunitaria, así como a asegurando la fertilidad y abundancia del mundo natural.

PROTECCION

La protección implica salvaguardar algo precioso. Puede estar protegiendo tu cuerpo físico o los cuerpos de otros, tus posesiones, tus emociones bienestar, el alma o el espíritu de un individuo, el bienestar de una familia o comunidad o el mundo natural, local o globalmente. Cuando estamos protegidos, nos sentimos seguros y libres de buscar otras vías de autoexpresión y desarrollo.

Volveremos una y otra vez a estas siete categorías mientras exploramos el práctica de la bruja verde. Verá estas áreas focales mencionadas con recetas y rituales para ayudarlo a comprender los propósitos para los cuales pueden ser usado.

Herramientas de uso

Debido a que la brujería verde no es un camino organizado, no hay herramientas necesarias

o equipo que debe tener para seguirlo. Hay, sin embargo, artículos importantes que casi todas las brujas verdes usan en su práctica.

HIERBAS Y PLANTAS

Con tanto énfasis en trabajar con energías naturales, no es Sorprende que las hierbas y plantas vengan inmediatamente a la mente cuando uno piensa sobre una bruja verde y las cosas con las que usa o interactúa. De hecho, muchos Los objetos naturales forman parte del kit de herramientas de la bruja verde y el armario de suministros. El Capítulo 5 analiza los árboles, flores y plantas comunes utilizados por la bruja verde.

TUS MANOS

Las manos de una bruja verde son sus herramientas más valiosas. Con sus manos, ella toca y toma la información. Con sus manos, dispensa cuidado. Su El sentido del tacto es muy agudo. Dependemos mucho de la vista, pero nuestro sentido del tacto

lleva gran poder y transmite información igualmente importante que el verde bruja sabe tener en cuenta. El tacto también nos permite sentir la energía y forma un vínculo inmediato entre la bruja verde y aquello con lo que ella comunica, ya sea que esté absorbiendo información de una planta sobre su energía y usos potenciales o poner una mano suave sobre la frente de un enfermo niño. Usas tus manos para cuidar y cosechar tus hierbas y plantas, prepara para guardarlos y mezclarlos. Tus manos pueden convertirse en un físico extensión de tus pensamientos y tu voluntad.

DIARIO

Grabar sus exploraciones, notas de campo, recetas, rituales e investigaciones es de gran importancia porque este registro forma el cuerpo principal de la tradición a la que te referirás una y otra vez en tu trabajo. Tenga en cuenta que este diario no es un Libro de las Sombras, que es un término utilizado por ocultistas y wiccanos para describir un registro de hechizos y rituales e información mágica. Tu bruja verde el diario contendrá información mágica, sí, porque la bruja verde entiende que la magia es simplemente otro método de tocar la energía de la tierra; pero principalmente contendrá recetas, bocetos, mapas, experimentos, observaciones y relatos de su trabajo y otras experiencias. Tiempo extraordinario, llenarás muchos diarios, y pueden ser desordenados y desordenados. Eso no es un problema. Tu diario no está destinado a ser perfecto. Está destinado a ser una vida real instantánea de sus pensamientos y conocimiento en evolución.

Grabar lo que aprende y hace significa que su información Probablemente esté organizado por fecha. Así recordarás y entenderás qué hiciste cuándo y por qué; El diario proporciona un contexto para su evolución. No se preocupe por la aparente mezcla de temas sobre los que escribe. Como el el camino de la bruja verde es orgánico, tiene sentido permitir su diario (como un diario) para deambular de un tema a otro. A algunas brujas verdes les gusta separan su trabajo en libros de recetas, plantas, etc. para que puedan rastrea más fácilmente la información cuando necesitan referirse a ella. yo sugiero que pones todo en tu diario principal primero, luego copias las recetas o rituales o plantas en otro libro una vez que los hayas perfeccionado para que puedas tendrá una copia limpia y organizada como referencia útil. Es bueno tener un lugar donde puedes escribir todo sin editar a medida que avanzas: esos Las primeras impresiones de plantas, árboles, elementos y situaciones pueden ser invaluables. Recopilar esta información más adelante también puede ayudarlo a reafirmar sus impresiones. y familiarízate con eso. También estará continuamente aclarando y agregando nueva información e investigación.

Cuando divagues en el campo o en el bosque o salgas a caminar por tu vecindario, asegúrate tienes tu cuaderno de brujas verdes contigo. Si llevar tu diario principal es difícil debido a su tamaño, es posible que desee tener un libro de campo más pequeño para tomar notas mientras

estás fuera. Transfiere la información que has recogido en tus viajes a tu diario principal cuando vuelvas a casa Tu diario de brujas verdes será importante y útil para usted en meses y años por venir.

TAZA

Una taza simple (la cerámica es ideal) es un elemento útil para la bruja verde. Agua es uno de los cuatro elementos físicos (y metafísicos), y las brujas verdes a menudo les gusta tener una representación de cada elemento cercano a medida que funcionan. Una taza reservado exclusivamente para retener el agua de esta manera honra el elemento del agua. En Además, la copa es útil para beber en un ambiente ritual. Mientras el verde La práctica de la brujería no es pesada en ceremonia o ritual formal, una herramienta familiar como una taza puede prestar cierta energía a su trabajo si está reservada solo para tu bruja verde usa. Algunas brujas verdes usan cualquier taza del armario tienen ganas de usar en ese momento, porque lo que hay en la taza es lo que cuenta.

MORTERO Y MANGO

Un mortero y una maja son invaluables para triturar hierbas secas, semillas o resinas. y para mezclar materiales para una variedad de proyectos. Aunque mortero y Los juegos de maja están disponibles en otros materiales, la piedra es la más fácil de mantener limpia y tiene el peso y la fuerza necesarios para aplastar cosas como las resinas. El metal es a veces se piensa que contamina la energía de las hierbas que aplastas, mientras que la madera absorber aceites y jugos y ser casi imposible de mantener perfectamente limpio. Aunque puede que le guste la apariencia de un pequeño mortero o mano de mortero, o quiera guardar dinero comprando un tamaño más pequeño, hazte un favor y no obtengas uno pequeño. Son difíciles de manipular, y si usa el mortero para mezclar mezclas, estar limitado a una cucharadita o dos. El tamaño estándar del mortero es de aproximadamente 5 pulgadas de alto por aproximadamente 5 pulgadas de ancho, con una mano de mortero ligeramente cónica de aproximadamente 4 pulgadas por 1 pulgada. Realmente no deberías usar nada más pequeño.

BOCHAS

También son esenciales para su trabajo los tazones en los que mezclar y mantener los ingredientes. o componentes mientras trabajas en varios proyectos. Un surtido de pequeños moldes de cerámica servirá para muchos proyectos, ya que no va a mezclar grandes lotes de cosas. Asegúrese de tener un par de cuencos de vidrio grandes para proyectos más grandes y desordenados como mezclar popurrí. Sin embargo, no use plástico bochas. El plástico absorbe aceites y aromas. Los tazones de vidrio o cerámica esmaltada son los mejores.

Tarros y canastas

Para almacenar sus hierbas, inciensos y otros ingredientes, frascos de vidrio o cerámica.

o las latas son ideales. Al igual que sus cuencos, estos pueden variar en tamaño desde pequeños condimente los tarros a los botes grandes. El vidrio coloreado o un material opaco ayudará Proteja sus hierbas secas de la decoloración y la pérdida de sus aceites beneficiosos. Si tu use vidrio transparente, luego guarde sus frascos en un armario para protegerlos del ligero, o haga cilindros de papel para deslizarse sobre ellos.

CUCHILLO O TIJERAS

Una herramienta esencial para la bruja verde es el cuchillo afilado utilizado para cosechar hierbas y otras plantas. Este cuchillo debe mantenerse extremadamente limpio y siempre afilado, para una cuchilla desafilada es peligrosa tanto para quien la usa como para la que está siendo cortar. Si te sientes incómodo usando un cuchillo recto para cortar tallos y hojas, quizás prefieras usar un par de tijeras o tijeras afiladas, reservando el cuchillo para cortar y preparar las hierbas en casa en un sólido y superficie plana como una mesa. Las tijeras y tijeras de podar son más fáciles de manejar. que un cuchillo recto para algunas personas, incluido yo mismo. De nuevo, agudícelos con frecuencia y mantenerlos extremadamente limpios. Al igual que la taza, puedes usar cualquier cuchillo que te sientes atraído por usar.

PERSONAL

Un bastón o un bastón no solo te ayudan mientras deambulas por el mundo natural, pero también sirve como un "árbol mundial" simbólico, que conecta los reinos material y espiritual. El árbol del mundo es un concepto que se encuentra en práctica chamánica en numerosas culturas de todo el mundo. El árbol del mundo es como la columna vertebral del mundo, que sirve de soporte y conexión entre otros mundos y el mundo de la humanidad. En la tradición nórdica, este árbol decía: ser un fresno (o a veces un tejo), se llamaba Yggdrasil. En celta mitología, había varios árboles del mundo, que eran avellana, roble y otros bosque. En la práctica chamánica, el árbol del mundo a menudo está representado por una tienda de campaña. polo, sobre el cual se encuentran las estrellas del otro mundo. Este poste de la tienda está "subido" por la conciencia del chamán a través de una serie de meditaciones y otros métodos.

El árbol es un símbolo notable. Percibimos los árboles como fuertes y ofreciéndonos refugio o apoyo y, sin embargo, también los vemos como flexibles, por Algunos árboles se doblan en el viento. Las raíces de un árbol pueden penetrar profundamente en la tierra. para la estabilidad y para la alimentación. Sus ramas alcanzan alto el cielo para que las hojas del árbol pueden absorber la mayor cantidad de luz solar posible y más nutrir el árbol Un bastón o bastón simboliza todo esto en miniatura. Es un símbolo del árbol, lleva la energía de un árbol y le recuerda a la bruja verde La conexión a la tierra y al cielo.

Algunos libros se refieren a un "ciervo", que es un personal bifurcado. Lo es a veces descrito como una especie de altar cuyo largo extremo único puede ser empujado hacia el suelo, dejando el extremo bifurcado en la parte superior, listo para ser decorado por el verde bruja como se desee. Guirnaldas, bolsitas, racimos de hierbas o flores y cintas. son todas las cosas comunes cubiertas o atadas con vendajes. El ciervo en sí mismo puede ser reutilizado, mientras que las decoraciones pueden eliminarse respetuosamente una vez que La ceremonia o acción está completa.

Es interesante comparar el bastón y el cuchillo. El personal apoya y sirve como conexión, mientras que el cuchillo (u otra cuchilla) corta y cosecha. Son dos símbolos arquetípicos, opuestos y complementarios. El verde bruja usa ambos y honra los arquetipos de conexión y corte, unidad y separación, porque estos son intrínsecos al ciclo de la vida y los ciclos encontrado dentro de la naturaleza.

ALGODÓN O GASA

Un rollo de algodón natural de aproximadamente 6 a 8 pulgadas de ancho y un par de pies de largo Es un artículo útil para llevar con usted cuando camina por el bosque o el prado. Puede se puede usar para enrollar hierbas, en lugar de ponerlas en una bolsa, y puede ayudar preservar esquejes más frágiles. También es bueno para primeros auxilios, si corta usted mismo, rascarse o incurrir en otros daños menores en el camino. (UNA Siempre es bueno tener a mano un pequeño y portátil botiquín de primeros auxilios cuando sales caminar y explorar, y por supuesto, también deberías tener uno en casa, ya sea en la cocina o en el baño).

BOLSAS DE ENERGÍA

Como una bruja verde, con el tiempo desarrollarás una conexión personal con poco objetos como piedras, bellotas, piñas o fetiches, y es posible que desee llévalos contigo. Cosa o compre una bolsa pequeña para sostenerlos y deslícela en tu bolso o mochila cuando viajas. Al hacer esto, llevas lo natural energía de esos objetos junto con usted para que influyan en su propio energía. También mantienes el contacto con sus emocionales y personales. significados, que te fortalecen de una manera diferente. Juntos, estos elementos forman una fuente de poder personal para el practicante. Asegúrate de que tu bolso no sea demasiado grande, sin embargo: si te encuentras llevando demasiados objetos mágicos, es hora de ordenarlos y decidir cuáles son los más importantes. Deja los artículos que tienes retirado de la bolsa en uno de sus santuarios personales en casa para mantener un tipo diferente de contacto con ellos (ver más sobre santuarios más adelante en este capítulo).

Haz de tu hogar un espacio sagrado

En el pasado, el hogar servía como el corazón del hogar. Fue donde el calor y Se creó la luz y se preparó la comida. Magia de hogar, o hearthcraft, gira en torno a la seguridad, el cuidado y la protección. La mayoría de los caminos tienen hogar y el aspecto hogareño para ellos, pero para la bruja verde, gran parte de su espiritualidad la práctica se centra en la práctica popular sencilla en el hogar que la magia del hogar figura prominentemente en su práctica verde.

> **La mayoría de las personas en el camino de las brujas verdes tienen una fuerte conexión con su entorno. Ellos instintivamente busca crear un ambiente que apoye la armonía, la comunicación y un flujo natural de energía.**

Su hogar en sí mismo, el espacio en el que vive, puede pasarse por alto fácilmente como una herramienta en tu espiritualidad en desarrollo. Su hogar es un lugar de fortaleza para usted y un lugar al que debería poder regresar con seguridad para recargarse sus baterías Si su hogar está desorganizado y tiene una energía discordante, le falta esa base de fuerza desde la cual debes operar. Una de tus fuentes de la fuerza y la energía ya están cortadas de ti.

CONSEJOS PARA MEJORAR TU HOGAR

¿Cómo haces de tu hogar un espacio sagrado? En última instancia, depende de usted y el tipo de energía que mejor respalda su vida diaria. Aquí hay algunos consejos y trucos que harán de tu hogar el mejor lugar para que una bruja verde En Vivo. Estos consejos lo ayudarán a mantener la energía positiva fluyendo a través de su hogar.

- **Mira tu decoración.** La forma en que decoras tu casa dice mucho de ti. Sin embargo, te acostumbras a cómo se ven las cosas y a veces olvidas que nunca llegaste a pintar las paredes blancas del propietario cuando se mudó a su apartamento o que los muebles están exactamente donde los puso cuando intentabas que las cosas encajaran. Mira tu casa con Ojos frescos y críticos. ¿Los colores de las paredes aún reflejan a quién ¿son? ¿Qué dicen los muebles sobre ti? Camina por cada habitación. ¿Hay lugares a los que tienes que luchar para llegar? Si no quieres ir allí porque es demasiado difícil (ya sea físicamente o no), entonces hay muchas posibilidades de que el flujo de energía a través de esa área se contenga o de lo contrario se ralentizó. Piense en reorganizar las posiciones de muebles, cuadros y adornos.
- **Elimine lo que no usa.** Si no lo está usando, deséchelo. De lo contrario, solo está ocupando espacio y bloqueando energía. Véndelo, pásalo

junto a un amigo, llévelo a una tienda de segunda mano o encuentre otro uso para él en algún otro lugar.
- **Examina tu iconografía.** Tus pinturas y fotografías tienen un profundo efecto psicológico en ti Echa un vistazo a los colores que dominan ellos, la gente en ellos. Cómo te hacen sentir? Son ellos apropiado para el espacio en el que están? Por mucho que ames tu impresión de *El grito de* Munch , puede que no sea la mejor obra de arte para colgar en un lugar donde te gusta relajarte.
- **Piense en el propósito de cada habitación en su hogar.** Cuando usted decida cuál es realmente el tema o el propósito de cada habitación, puede enfocarse en eliminando los elementos que interrumpen la energía y fomentan lo deseado energía para permanecer. Por ejemplo, si su sala de estar tiene su escritorio o oficina en casa, almacena su equipo de entrenamiento en el hogar y es el repositorio para los juguetes de los niños, puedes ver que hay mucha energía conflictiva ahí. Nada de eso es malo; Solo está confundido. Intenta mantener cada habitación clara apartado para su propósito designado, y encontrarás que la energía es un Mucho más claro. Si una habitación tiene un doble propósito, mantenga las cosas en su lugar. lugares.
- **Mantenlo limpio.** La energía puede parecer polvorienta y fangosa, de la misma manera que La casa física se ensucia. También es un hecho desafortunado que la energía cambia rancio y puede ir mal en un ambiente que no es físicamente limpio. Las tareas domésticas no son exactamente los pasatiempos más emocionantes, pero ayudan a mantener La energía de su hogar brillante y suave. Asegúrese de que todo tenga un lugar, y mantenerlo allí. Mantenga las superficies libres de polvo y desorden de la mejor manera. usted puede.
- **Purificar regularmente.** El equivalente espiritual de la limpieza física, la purificación es una excelente manera de mantener un buen ambiente energético en su hogar. También es una buena manera de deshacerse de los malos sentimientos que quedan de un

argumento o la energia caotica que queda despues de una fiesta y eliminar aquella energia destructiva que haya quedado
fuera de habitaciones. Puede encontrar instrucciones sobre cómo purificar más adelante en este capítulo.

A veces miramos alrededor de nuestros hogares y nos preguntamos cómo diablos podemos hazlos un remanso de tranquilidad y alegría. Comenzando con una buena primavera limpiar (¡incluso si es otoño!) siempre es una buena idea. Si se dirige a su conjunto casa a la vez es abrumadora, hazlo habitación por habitación. Para comenzar, puedes elegir Una habitación para servir como santuario espiritual y refugio para ti mismo. Usted puede También comience desde el corazón de su hogar y trabaje hacia afuera.

Tu santuario no tiene que estar dedicado exclusivamente a ti y a tu camino; en De hecho, tan pocos de nosotros tenemos esa opción que si puedes lograrlo, me inclino ante ti. La mayoría de nosotros tenemos que compartir espacio con miembros de nuestra familia y conformarnos con

forjando un pequeño rincón donde podamos. Incluso ese pequeño rincón puede ser importante para su salud espiritual, sin embargo. No subestimes el poder de una silla cubierta con su tiro favorito junto a una mesa auxiliar con un vela y una pequeña planta en maceta, o un asiento junto a la ventana con almohadas cubiertas de suave o telas texturizadas en colores que te calman. Si es tu espacio, tienes un lugar donde te puedes sentar y cerrar los ojos, dibuja esa tranquilidad en tu espacio personal, y encontrar el equilibrio.

El corazón de su hogar, por otro lado, puede ser más fácil de identificar. Hacer la gente tiende a terminar en tu cocina cuando vienen? Tu la familia se congrega en una habitación específica, incluso si otra habitación fue diseñada para ser la sala familiar? Donde la gente se reúne es probable que el verdadero corazón de su hogar. No es necesariamente un espacio tranquilo y generalmente se ven muchas cosas y pases, mucha comunicación y compartir. Es el lugar que todos quieren ser - estar. Comenzar la purificación de su hogar aquí beneficia a todos los que usan espacio.

LIMPIEZA FISICA, ESPIRITUAL PURIFICACIÓN

La bruja verde tiene un par de trucos bajo la manga cuando se trata de manteniendo un ambiente hogareño saludable y feliz. El primero es mejorar Productos de limpieza física con un poco de magia natural. El segundo es entendiendo que la energía en un espacio tiene que limpiarse regularmente, tanto física y espiritualmente

La forma más sencilla de mejorar sus productos de limpieza doméstica es potenciar ellos. Esto significa llenarlos con energía extra asociada con un particular objetivo. Es facil de hacer.

1. Primero sostenga el recipiente del producto de limpieza en sus manos, o sostenga su entregue y cierre los ojos.
2. Tome tres o cuatro respiraciones profundas para calmarse y equilibrarse.
3. Piense en la energía con la que desea potenciar el producto para ayudarlo a alcanzar su objetivo. Por ejemplo, podrías concentrarte en la felicidad. Intenta recordar cómo te sientes cuando eres feliz.
4. Ahora intente verter esa sensación en el producto de limpieza. Visualiza el sentir brotando de tu corazon y fluyendo por tus brazos y salir por tus manos esa energia

Ahora, cuando limpie con él, usará el producto físico para limpiar, pero mientras limpia también llenará el área con la energía con la que El producto fue autorizado. Puede potenciar sus productos de limpieza con más de una energía siempre que esas energías se apoyen mutuamente y no sean

en propósitos cruzados. Por ejemplo, puede potenciar el pulido de muebles con felicidad, paz y prosperidad. Para obtener los mejores resultados, elija ecológico Productos de limpieza orgánicos o de comercio justo que no contienen ingredientes tóxicos.

Puede hacer un empoderamiento general de sus suministros, o puede pensar en lo que cada uno es para o lo que contiene, y codifica el empoderamiento de esa manera. Capítulo 5 listas correspondencias asociadas con los aromas y esencias de sus productos de limpieza. usted puede usar estas correspondencias para energizar sus implementos de limpieza. Por ejemplo, si tu El producto tiene aroma a pino, capacítelo para su protección o prosperidad. Si su limpiador de ventanas es perfumado con limón, dale poder para el amor y la alegría. Si su detergente para platos está perfumado con manzana, dale poder para la salud.

Cuando limpias, puedes visualizar aún más la energía a la que estás llamando el espacio. Visualizar mientras limpias también ayuda a eliminar el aburrimiento y resentimiento que asociamos con la eliminación del polvo y la suciedad que se acumularán de nuevo de todos modos. Piense en ello como el mantenimiento de la bruja verde de su espacio personal.

La segunda dimensión para mantener su espacio limpio y brillante es purificación. Es importante limpiar la energía de su espacio vital porque la energía de un ambiente afecta la energía de las personas que funcionan dentro de ella. Si alguna vez entraste a una habitación y te sentiste extraño por nada obvio razón, entonces te ha afectado la energía presente en ese espacio. Mientras Es cierto que el estado físico de limpieza afecta la energía de una habitación, usted tiene que limpiar la energía existente de una habitación también. De lo contrario, lo negativo la energía se acumulará, al igual que el polvo se acumula en una estantería que descuidas limpiar.

La purificación se puede hacer de varias maneras. Un método clásico es barrer el energía negativa lejos con una escoba. La escoba de bruja a menudo se ve solo como un símbolo, pero también se puede usar como una herramienta normal. De hecho, puede ser un artículo notablemente útil, y es muy fácil de usar.

B ROOM P URIFICATION

Esta purificación básica con una escoba se puede hacer casi en cualquier momento y en cualquier lugar. No haga use una escoba con cerdas de plástico o nylon. Encuentra uno con cerdas de paja reales. Tiendas de artesanía y Las granjas abiertas al público a veces venden escobas hechas a mano. (Para un toque personal, puedes haga uno usted mismo siguiendo las instrucciones del Capítulo 7.) Puede quedarse con la escoba que usa para la purificación solo con ese propósito, o use su escoba de limpieza doméstica habitual para purificar. Así es como debes purificar con una escoba:

1. **Párate en medio de la habitación que pretendes purificar. Sostén la escoba en tus manos.**
2. **Tome tres respiraciones profundas y lentas para calmarse.**
3. **Comience a hacer un movimiento de barrido, barriendo la escoba de derecha a izquierda. No en realidad toca el piso con la escoba, pero balancea la escoba una pulgada más o menos por encima de ella. Sus la energía que estás barriendo, no el piso en sí.**
4. **Girando a la izquierda, gire lentamente en su lugar. Esta es una dirección en sentido antihorario, que es Tradicionalmente asociado con la ruptura y la eliminación de la energía negativa. Caminar en un en espiral hacia la izquierda alrededor de la habitación, barriendo justo por encima del piso a medida que avanza. Como tu camine y barra, visualice la energía de la habitación siendo agitada por el movimiento de su**

escoba y cualquier punto pesado que se rompa y se restablezca al flujo regular. Ver el La energía se transforma de turbia a brillante y chispeante.

5. **Barra toda la habitación, ampliando gradualmente su espiral en sentido antihorario hasta que termine en el puerta.**
6. **Si lo desea, puede finalizar la purificación con una breve declaración, como:** ***brillante y fuerte fluye la energía a través de mi casa. Esta sala está purificada.***

Otra forma maravillosa de purificar una habitación es con incienso. El seguimiento receta crea un incienso suave que, cuando se quema, libera energía asociada con clara negatividad. Para obtener información más detallada sobre cómo hacer y use incienso de hierbas, vea el Capítulo 7.

R OOM P URIFICATION I ncense

Queme una pizca de este incienso en una pequeña tableta de carbón con luz propia (*no* **carbón de barbacoa) en un incensario o plato resistente al calor. Esta receta hará alrededor de una cucharada de incienso.**

- **1 cucharadita de resina de incienso**
- **1 cucharadita de resina de copal**
- **Mortero y maja (opcional)**
- **1 cucharadita de ralladura de limón en polvo**
- **3 pizcas de lavanda seca**
- **Frasco pequeño de vidrio con tapa hermética**

1. **Si es necesario, muela suavemente las resinas con un mortero hasta que las piezas queden pequeñas gránulos Tenga cuidado de no sobrecargarlos, o se volverán pegajosos.**
2. **Agregue todos los ingredientes al frasco, tape y agite hasta que los ingredientes estén bien mezclados.**
3. **Sostenga el frasco en sus manos y visualice una luz brillante formándose a su alrededor. Esta chispeante La luz es energía purificadora para potenciar el incienso. Visualiza el ser de luz brillante absorbido en la mezcla de resinas y hierbas.**
4. **Etiqueta y fecha el frasco. Para usar el incienso, encienda una tableta de carbón y colóquela dentro del incensario como se indica en Capítulo 7 . Tome una pizca del incienso de purificación y espolvoree parte superior del carbón. Coloque el incensario en el medio de la habitación y permita la purificación. energía para llenar la habitación cuando el humo la libera.**

UTILIZANDO LOS CUATRO ELEMENTOS DENTRO DEL HOGAR

Estar rodeado de naturaleza puede ser lo primero que se te ocurra cuando piensas en el camino de una bruja verde, pero como has visto, lo que hay dentro de un El hogar de la bruja verde es tan importante como lo que está afuera. Muchos de nosotros que Vivir en un entorno urbano no tiene acceso a zonas silvestres. El moderno la bruja verde necesita descubrir cómo conectarse a la energía verde sin ser rodeado de naturaleza Esto se puede lograr fácilmente en el hogar. Cada la bruja verde es diferente, y como la práctica es informal, no se prescribe forma de decorar tu espacio personal. Dependiendo de sus gustos personales y preferencias, su hogar puede verse extremadamente diferente del hogar de Otra bruja verde. Una de las formas más fáciles de llevar la energía de lo natural. mundo en su hogar es introducir plantas en su espacio.

Al rodearse de elementos de importancia personal y elegir colores y decoración para su hogar que reflejan su objetivo de armonía y equilibrio, refuerzas tu hogar como tu lugar de poder. Aunque más verde las brujas tienen una o más habitaciones o rincones o grietas dentro o alrededor de la casa específicamente designado como lugares sagrados donde trabajan o comunican con la naturaleza y lo divino, todo tu hogar puede convertirse en espacio sagrado. El hogar (el "corazón" del hogar) siempre es un foco para el hogar de la bruja verde, ya sea la cocina u otra habitación donde se reúne la familia. Esto es rara vez es un lugar conveniente para la adoración práctica. Aunque la brujería verde es ciertamente no es un camino ceremonial y no está cargado de rituales formales, un área central a través del cual puedes tocar lo divino puedes hacer tu viaje espiritual más conectado a tierra. Los santuarios son ideales para este propósito.

La bruja verde reconoce que la energía de lo divino se manifiesta dentro del mundo natural. Los bloques de construcción metafísicos básicos de la El mundo natural son los cuatro elementos: tierra, aire, fuego y agua. Trabajando Con estos elementos, puede fortalecer su conexión con el mundo natural, y esto se puede hacer adentro o afuera. Si no tienes acceso a bosques y campos, puede trabajar con los cuatro elementos en interiores y equilibrar su conexión con el mundo natural a través de ellos.

E LEMENT S HRINES

Un santuario de elementos es un lugar donde puede conectarse con un elemento o los cuatro. Por ejemplo, si construyes un santuario de agua, puedes incluir un cristal copa de agua, una pequeña fuente de agua, conchas, piedras de río y fotos de cascadas, tormentas de lluvia o lagos tranquilos. Puede colocar un pañuelo azul suave debajo estos objetos y quizás agregue un cristal de cuarzo claro o dos para representar hielo. UNA El santuario de fuego puede ser una colección de velas en rojos y dorados en un carmesí tela, tal vez con una pequeña figura de cobre o latón de un león o un dragón. los Lo importante es pensar en lo que significa el elemento para usted y reunir Una pequeña selección de artículos que evocan la sensación que ese elemento te inspira. Es importante recordar que un santuario no es un altar. Un altar es un lugar de enfoque consagrado al uso espiritual de la bruja verde. Se usa como lugar para sostener herramientas y equipos durante un hechizo o ritual, y un lugar para trabajar encantos y manualidades de brujas. Un altar puede ser permanente o temporal. Muchos Las brujas montan un altar temporal cada vez que desean trabajar. Como santuarios pueden ser usado para honrar a deidades o elementos, el altar no es requerido para este propósito, y por lo tanto puede considerarse más como un espacio de trabajo. Muchas brujas verdes usan cualquier superficie que deseen como altar, tal vez usando la misma tela para extenderse sobre varias superficies cada vez que levantan su altar. En este caso, la tela se convierte en el altar, llevando la energía asociada con la repetición espiritual labores

Las brujas verdes siguen su intuición, por lo que no pueden realizar rituales o hechizos de trabajo en el mismo lugar cada vez, eligiendo la ubicación de acuerdo con lo que se siente bien para su propósito. Para la bruja verde, esto significa que un banco de trabajo o una mesa de manualidades a veces pueden servir como un altar

La practicidad de la bruja verde determina dónde trabaja, y muy A menudo, este tipo de tareas se llevan a cabo en una variedad de lugares diferentes. Se pueden crear pociones y ungüentos en la cocina, mientras que la creación de un

corona de protección puede tener lugar en el garaje. Puedes elegir formalmente consagra tu altar temporal cada vez que lo instales, o no, como lo mundano es sagrado para la bruja verde. Una simple bendición con los cuatro. los elementos pueden servir para consagrar la superficie que ha elegido usar como altar. (Ver la Bendición Elemental en el Capítulo 7.) Como bruja verde, puedes También considere usar una piedra o tocón como un altar permanente al aire libre en una esquina de su patio o balcón, si tiene uno.

Sin embargo, un santuario es un lugar para honrar algo o alguien o para irse ofrendas, un lugar donde puedes recolectar cosas de importancia personal y varias energías para tejer juntas una energía que es mayor que la suma de sus partes individuales. Un santuario crea una ubicación para un cierto tipo de energía. los Lo maravilloso de un santuario es que nadie tiene que saber qué es. Puede ser tan simple como una fotografía, una vela, una concha marina y una cinta de colores agrupadas juntos en un estante. Sabes por qué esas cosas particulares están juntas; cualquiera que los mire probablemente piense que es simplemente una decoración arreglo. Lo importante es que la energía producida al combinar estos objetos logran el objetivo que imaginas para ello.

Un elemento santuario no tiene que estar en un lugar generalmente asociado con ese elemento Por ejemplo, no tienes que poner un santuario de tierra afuera, o un santuario de agua en el baño, o un santuario de fuego en su cocina. Experimentar con teniendo cuatro santuarios separados en cuatro lugares diferentes. Puedes intentar construir el santuario de tierra en la parte norte de su casa, el santuario de aire al este, el disparar hacia el sur y el agua hacia el oeste, que es como suelen ser asociado con direcciones en varias tradiciones del ocultismo occidental. O pensar sobre los tipos de energía que siente en varias áreas dentro de su hogar y sitio un santuario en consecuencia, incluso si no está en una de las direcciones tradicionales. Si tu tener una habitación donde se produzca mucho pensamiento y comunicación, intente configurar un santuario de aire allí. Si tienes una habitación donde todos se relajan y se sienten a gusto paz después de un largo día, intenta instalar un santuario de tierra o agua allí. Asegurarse tener un santuario para cada elemento para que su hogar permanezca equilibrado.

Si alguna parte de su hogar carece de cierto tipo de energía, puede configurar un santuario para Un elemento apropiado para equilibrar esa falta. Si hay una habitación donde la gente tiende a perder su temperamento o energía es demasiado alta, puede haber un exceso de energía de fuego que surge por su decoración o como resultado de cómo fluye la energía a través de ella. Intenta establecer una tierra santuario o un santuario de agua para equilibrar la energía del fuego con estabilidad o tranquilidad.

También puedes experimentar creando un único santuario para los cuatro elementos. Coloque este santuario donde se sienta bien para usted. Esto puede estar cerca del tuyo santuario personal, cerca de la puerta para que sea lo primero que veas cuando ingrese y el último antes de salir, o cerca del centro de su hogar. en un santuario a los cuatro elementos, no necesita recopilar múltiples representaciones de un solo elemento. En su lugar, elija uno o dos objetos para simbolizar cada elemento y agrúpelos en un arreglo que le agrade y se sienta bien.
Los santuarios son cosas fluidas; puedes agregar objetos cuando te sientas atraído por ellos, o retire objetos cuando sienta que ya no sirven para su propósito. En un santuario a los cuatro elementos tienen al menos un elemento para representar cada elemento veces. Tradicionalmente, un pequeño plato de sal o arena contiene la energía de la tierra, un la vela contiene las energías del fuego, un plato pequeño o un vaso de agua contiene agua energía, y un palo de incienso o pluma o una flor fresca contiene las energías de aire. Si le preocupa que la sal o el agua se vuelquen, pruebe un poco planta en maceta o una piedra para la tierra y una concha para el agua. Enciende la vela y el

incienso solo cuando estás en la habitación. Hacer esto una vez al día por unos pocos los minutos pueden ayudarlo a recopilar sus pensamientos y energías. Te da un momento de paz para comunicarse con estos cuatro elementos básicos de la naturaleza.

T HEMED S HRINES

Al crear santuarios en diferentes lugares, con cada santuario enfocado en un energía diferente, puede crear "vórtices" de energías específicas que pueden equilibre un excedente o falta de esas energías en su hogar. Pensar en creando un santuario para una o más de las áreas básicas sobre las cuales la bruja verde focos Si desea traer más prosperidad y salud a su hogar, por ejemplo, ¿por qué no crear un santuario con objetos que representan abundancia y salud para ti?

Hacer un espacio sagrado al aire libre

Si tienes la suerte de ser una bruja verde urbana con un poco de verde espacio detrás o delante de su casa, hay algunas cosas que puede hacer con este espacio para hacerlo vibrante y más sagrado.

Si posee o alquila un terreno, entonces puede considerar crear un pequeño espacio al aire libre espacio sagrado en el que puedes relajarte, reequilibrar y reconectarte con lo natural mundo. Mientras que la mayoría de las personas que escuchan las palabras "espacio sagrado al aire libre" imagina un círculo grande, tal vez con piedras en pie y un florecimiento completo En el jardín, la bruja verde sabe que el espacio sagrado no requiere nada tan elaborado. Un rincón pequeño, un banco de jardín, o incluso una sola piedra puesta en una pequeña flor La cama puede servir como su espacio sagrado. Puedes soñar con convertir todo tu

---

patio trasero en un templo, pero, en realidad, es más probable que su patio sea ocupado junto a un área de juegos para niños, un cobertizo para herramientas, una piscina o un depósito. Quizás compartes tu espacio verde con otros; Esto también limitará sus actividades y acceso. En términos prácticos, establecer un espacio sagrado al aire libre puede ser aún más grande desafío que crear un espacio sagrado interior. Si te resulta una tarea difícil de mantener su espacio interior ordenado, entonces un espacio exterior no será diferente. Un entero patio trasero dedicado como espacio sagrado significa que tendrás que mantener todo espacio ordenado, limpio, saludable y bien mantenido.

El espacio sagrado no tiene que ser obvio. Puede ser un área pequeña que solo reconoces como dedicado a tu espiritualidad. Puedes elegir un conjunto de plantas que simbolizan su práctica y las plantan juntas. Puedes colocar un piedra entre las plantas, o una pequeña estatua para todo clima, o un enrejado sobre el cual puedes colgar un pequeño juego de campanas de viento. Elija cualquier cosa que tenga significado para tú. Tu pequeño rincón del espacio sagrado al aire libre debería ofrecerte un lugar para sentarte o ponerse en pausa y despejar la mente, tocar el Espíritu y reequilibrar tú mismo.

También puede encontrar inspiración en lugares sagrados que se encuentran en la naturaleza. Áreas tales Como los arroyos, las piscinas y los lagos a veces se consideran sagrados, ya que el agua es a menudo asociado con el otro mundo. Quizás una pequeña fuente u otra agua La característica te atrae y puede convertirse en tu propio espacio sagrado. Árboles solos y las arboledas también se han visto tradicionalmente como sagradas. Puedes plantar un especial árbol o arbusto en tu espacio sagrado. Las montañas se consideran comúnmente sagradas.

Mientras que construir una montaña o incluso un montículo de tierra es muy poco práctico (si no imposible), es posible que desee representar una montaña con uno o más piedras de pie en cualquier tamaño de su elección. Incluso "plantar" un pequeño 12 pulgadas La piedra en el suelo con intención puede declarar un espacio sagrado.

La bruja verde moderna en el entorno urbano a veces puede sentirse perdida. Otro Las opciones están siempre disponibles. Visite los parques o jardines públicos de su ciudad para encontrar un Un lugar que te resulte cómodo y tranquilo, un lugar donde puedas lograr reconexión y reequilibrio. Configure un jardín de contenedores en su balcón (vea Capítulo 6 para consejos e ideas sobre jardinería en macetas de brujas verdes en la ciudad). Las plantas de interior cuidadosamente seleccionadas también pueden proporcionarle una conexión a un espacio sagrado con la sensación de estar al aire libre.

Estar en sintonía con la tierra

No importa cuál sea su acceso a la naturaleza, la bruja verde trabaja en estrecha colaboración con el tierra. Puedes vivir en el cuadragésimo séptimo piso de un apartamento de gran altura construir y aún tener una relación significativa con la tierra.

Entre los aliados comunes de la bruja verde están los espíritus de la tierra. Los espíritus de la tierra pueden Ser socios y ayudantes valiosos en su práctica. Un espíritu de la tierra es un

inteligencia o conciencia asociada a un lugar en particular, una planta o árbol, un objeto natural como una roca o arroyo, o un tipo específico de clima. Estas las inteligencias a veces se llaman devas, a veces hadas. A menudo simplemente referirse a ellos como "espíritus de la tierra", "espíritu de" o "fuerza de" algo. Es Es importante entender que estos espíritus no son deidades.

¿Todas las brujas verdes reconocen o trabajan con espíritus de la tierra? No. Algunas brujas verdes son cómodo hablando de hadas o devas, mientras que otros ruedan los ojos y se ponen manos a la obra arando el jardín. La mayoría reconoce que la naturaleza tiene inteligencia o sentido del espíritu, eso varía según la ubicación. No todos damos un nombre o clasificación a ese sentido. de espíritu

Cómo cada bruja verde trabaja con estos espíritus o fuerzas depende de cómo ella los percibe. La mayoría de las brujas verdes estarán de acuerdo en que conectarse con el Varias fuerzas y energías de la naturaleza son un aspecto clave de su práctica, pero es Es probable que no haya dos brujas verdes capaces de ponerse de acuerdo sobre cómo hacerlo, o incluso a qué fuerzas se conectan. Esto muestra cuán altamente individualizado es el green. la práctica es Una cosa en la que la mayoría de las brujas verdes estaría de acuerdo es que esforzarse por trabajar en armonía con estas fuerzas de la naturaleza.

Cómo visualizas estos espíritus depende completamente de ti. Puedes verlos como personas pequeñas u orbes de luz. Puede que no los veas en absoluto, pero experimenta emociones o sensaciones cuando está cerca del árbol, flor, piedra erguida o fenómeno con el que se asocia el espíritu. Ya sea su visualización coincide con otras visualizaciones no es importante. Lo importante es que si usted elige trabajar con ellos, debes honrar a los espíritus como aliados en tu verde brujas trabajan para sintonizarse con el mundo natural y reequilibrar y armonizar la vida.

Puede encontrar espíritus de la naturaleza en muchos lugares y a través de una variedad de métodos. El método más simple es alcanzar y conectarse con el espíritu de un planta individual, luego solicite al espíritu de la planta información sobre los usos de la planta y propiedades. En su libro *Plant Spirit Medicine* , Eliot Cowan enfatiza que el La energía que posee cada planta individual es totalmente personal. los

información y / o regalo que el espíritu de esa planta te ofrece es exactamente lo que Necesitas en ese momento. Este regalo no es necesariamente energía que es asociado tradicionalmente con la planta. Por ejemplo, si proyecta su conciencia de un rosal, la energía que recibes a cambio no necesariamente ser amado. El espíritu del rosal puede percibir que necesitas algo diferente y ofrecértelo. La clave para trabajar con espíritus de la naturaleza como esta es estar abierto a lo que te ofrecen sin expectativas o ideas preconcebidas. Hacer referencia a listas de correspondencias asociadas con plantas particulares es útil para tener una idea general de cómo usar la energía de la planta, pero es mucho más útil para comunicarse directamente con el espíritu de la planta para Adquiera su propia comprensión o interpretación de la energía y cómo puede ser aplicado La bruja verde nunca asume que ella sabe algo, o

Page 42

presume que ella tiene razón, o toma algo al pie de la letra. Es importante para buscar su propia experiencia y construir sus propias opiniones a medida que profundiza su comprensión de un elemento, un proceso o una situación. El Capítulo 3 ofrece un serie de ejercicios diseñados para ayudarlo a asimilar información y energía a través de tus sentidos y una variedad de técnicas para interactuar con la naturaleza y adquirir información de espíritus vegetales.

Debido a que hay diferentes formas de trabajar con la energía de las plantas, cada verde bruja desarrollará su propio método para absorber y aplicar esa energía. Emplear energías vegetales en la práctica de la herbolaria medicinal es quizás El método más común de usar energía natural, pero la práctica de La homeopatía y el uso de remedios florales de Bach también son métodos populares de trabajando con la energía de flores, plantas y árboles.

Capítulo 3

Sintonízate con la naturaleza

Page 43

I N GREEN WITCHCRAFT, UNA DE las prácticas más importantes es constantemente restablecer su comprensión de la naturaleza tal como está ahora a su alrededor. Mantener el contacto con su entorno físico es crucial para mantener Una práctica individual significativa. Si pierde contacto con su entorno, pierdes lo único que te conecta con tu entorno natural.

La brujería verde siempre se trata del ahora, del estado actual de tu ambiente. Ser consciente de su entorno significa conocer las energías. moviéndose a través de él, las energías que produce, su salud y tasa de vibración. Eso también significa ser consciente de cómo su propia energía mental y emocional Estado encaja en su entorno. Si no conoce el estado actual de su entorno, entonces, ¿cómo puede evaluar qué tipo de trabajo se requiere de ¿tú? Puede pensar que conoce su entorno, pero puede sorprenderse cuando dejas de crear una nueva relación con él. Uno de los básicos Los fundamentos de vivir el camino verde de la bruja están forjando una conexión con la naturaleza y fuerzas naturales. Es imperativo que forjes una conexión con lo que realmente allí, y no lo que supones que está allí.

Conozca su rincón del universo

Si vives en un entorno urbano, entonces la energía de esa ciudad es la energía a la que debe abrirse para estar en sintonía con su vecindario y su entorno Es crucial interactuar con su entorno natural ya que en realidad no es la naturaleza que imaginas o idealizas. El ambiente que conociste ayer o el mes pasado ya no es el entorno que te rodea: La energía está en un estado de cambio constante. Por lo tanto, la bruja verde también debe ser consciente, y siempre ajustando su conocimiento.

Puede pensar que conoce su vecindario, pero es útil tomar el Es hora de verlo de una nueva manera. Usa todos tus sentidos para explorar dónde vives. Pregúntate a ti mismo las siguientes preguntas. Responda honestamente:

- ¿Cómo cambian las estaciones donde vives? ¿Qué cambios puedes ver? ¿y sentir?
- ¿Qué influencia tiene la luna en ti? ¿Cuál es la fase de la luna en este momento?
- ¿Qué plantas silvestres son comunes en tu vecindario? Nombra al menos diez plantas locales
- De esas diez plantas, que son indígenas de su área y que fueron ¿importado? ¿Cuándo fueron importados y por quién?
- ¿Qué árboles se encuentran más comúnmente en su vecindario? De nuevo, ¿Cuáles son indígenas y cuáles fueron introducidos deliberadamente? Cuando y por quien
- ¿Qué vida silvestre es nativa de su área?
- ¿El agua que se canaliza a su grifo es dura o blanda?
- ¿Qué tipo de suelo tiene su vecindario? ¿Es calcáreo, arcilloso, arenoso, ¿u otro? ¿Es alcalino o ácido?

Lo que no sabes puede sorprenderte y quizás también decepcionarte. Puede saber el nombre de la calle que cruza la suya, o qué parque es más cercano a usted, pero lo que es básico e integral para su entorno natural es a menudo desconocido o no reconocido. Tómese el tiempo para aprender más sobre su El vecindario le dará una buena base sólida para aprender más sobre Cómo funciona su entorno natural.

Asegúrese de encontrar las respuestas a las preguntas anteriores. Escribir las respuestas en tu diario de brujas verdes.

Caminar por su vecindario con mayor conciencia puede enseñar usted más de lo que creía saber. Participe en los siguientes ejercicios, que están diseñados para ayudarlo a observar todo lo que pueda y hacer que la mayor parte de cada experiencia a medida que recopila información.

I nteracciones E XERCISES

Cuando la observación se realiza con intención, descubrirá más sobre su vecindario. Para este ejercicio, primero elija una piedra o una planta con la que esté familiarizado. Permítete Vuelve a experimentarlo como si fuera la primera vez. Responde las siguientes preguntas. Escribe tu respuestas en tu diario de brujas verdes.

- **¿Cómo se siente esta piedra o planta al tacto?**
- **¿Como huele?**
- **¿Cómo se ve?**
- **¿Qué sonidos hace?**
- **¿A qué sabe? (¡Atención! Intente captar el sabor en el aire. Nunca coloque un no identificado planta u objeto en la boca.)**

Una vez que haya hecho este ejercicio con algunas plantas o piedras con las que ya está familiarizado, intente uno que no has experimentado antes. Las notas sobre estos ejercicios servirán de base para su saber de brujas verdes y convertirse en el corazón de su práctica personal.

Experimenta la energía ambiental Alrededor tuyo

Aunque la bruja verde usa hierbas por sus cualidades medicinales, la mágica
Las cualidades del mundo natural también son muy amigas. Si nos fijamos en el
utiliza tradicionalmente asociado con varias hierbas a lo largo de los siglos, el
Los beneficios medicinales a menudo son paralelos a los usos mágicos. Esto es porque, además
a una determinada composición química que determina su efecto cuando se aplica a
cuerpo físico, una hierba también posee una energía única que afecta el
emociones y espíritu de una persona.

E JERCICIO: S ENSING E NERGÍA

Realice este ejercicio con una planta con la que esté familiarizado, luego pruébelo con algo nunca has visto o manejado antes. Confía en tus observaciones. Para este ejercicio, necesitarás la planta, más tu diario de brujas verdes y un bolígrafo o lápiz.

1. **Toma la planta en tu mano. Si es una hierba seca o cosechada, sostenga una pizca en su palma o sostenga su mano sobre ella, con la palma hacia abajo. Si es una planta viva que ha identificado correctamente como seguro de tocar, tóquelo suavemente con los dedos. Si no puedes identificarlo, toma tu mano arriba o al costado de la planta con la palma hacia ella.**
2. **Cierra los ojos e imagina tu palma brillando. Concéntrese en la sensación de su palma. Eso puede hormiguear o calentarse o enfriarse. Eso significa que te estás enfocando en la energía que tiene tu palma creando naturalmente.**
3. **Visualiza la planta resplandeciente.**
4. **Visualice el resplandor de la energía acumulada en su palma que se estira suavemente para tocar el energía brillante de la planta. Cuando las dos energías se encuentran, pregúntate qué sientes. Vos si siente una emoción específica? ¿Las ideas te llegan a la cabeza? ¿Pensamientos o corazonadas vagas? Pagar atención. Este es un método para recolectar observaciones sobre la planta al detectar su energía con tu propia energía**
5. **Cuando sienta que ha observado lo suficiente, envíe a la planta un sentimiento de gratitud por su cooperación, luego visualice su energía desconectando de la de la planta y dibujando de nuevo en tu palma.**
6. **Abra los ojos y sacuda la mano con firmeza, como si le sacara el agua. Esta voluntad ayudarlo a deshacerse de cualquier exceso de energía que esté colgando.**
7. **Escriba sus observaciones en su diario de brujas verdes. ¿Cómo fue la experiencia? Qué ¿Qué tipo de observaciones hiciste al sentir la energía de la planta? ¿Se sintió la planta? enérgico, calmante, nutritivo? Escribe todo lo que se te ocurra y no te preocupes sobre si tiene sentido o no.**

Tus observaciones de la energía de la planta son válidas porque son tuyas. Todo el mundo interactúa de manera diferente con la energía de una planta. Si la lavanda te da energía, entonces esa es una de los beneficios energéticos de la lavanda en su práctica, aunque muchos libros le dirán que La lavanda generalmente proyecta sentimientos de paz y tranquilidad. Adquiriendo de primera mano el conocimiento es importante para una bruja verde, ya que da forma y refina su práctica, personalizándolo de una manera que lo hace verdaderamente único.

A tierra usted mismo

Página 46

Cuando trabajas con energía, es importante aterrizar. Medios de puesta a tierra
conectando tu energía personal con la de la tierra y permitiendo un
reequilibrar su energía para que ocurra. Si está nervioso o emocionado, puede
estar ejecutando demasiada energía a través de su cuerpo. La tierra es un buen lugar para
desvía esa energía extra. Si está letárgico o mareado, puede estar sufriendo
por falta de energía, y la tierra tiene mucho que compartir contigo. Una vez tú
están conectados a tierra, puedes absorber la energía de la tierra para reponer tu baja
niveles de energía. Para aterrizarte, sigue estos pasos:

1. Tome tres respiraciones profundas y lentas.
2. Luego tómate un momento para sentir tu propia energía fluyendo a través de tu cuerpo. Concéntrese en un punto en el centro de su cofre y visualice un pequeño Luz verde brillante allí. Este es tu centro de energía.
3. Ahora visualiza un zarcillo de energía verde que crece a partir de esa energía centrarse hacia la tierra. Deja que llegue más allá de tus pies. Visualízalo creciendo en la tierra misma, extendiéndose a las raíces y retorciéndose a través del suelo. Tómese un momento para sentir cuán sólido y estable Tu raíz está en la tierra.
4. Ahora que has formado una conexión con la tierra, puedes permita que su exceso de energía fluya hacia abajo para mezclarse con el de la tierra o extraer algo de la energía de la tierra para reemplazar la energía que eres desaparecido.

La conexión a tierra es buena cuando te levantas por la mañana, a última hora noche, antes de hacer cualquier trabajo de energía, o cada vez que te sientas un poco agotado sincronízate con el mundo que te rodea.

Trabaja con los cuatro elementos naturales

Los cuatro elementos físicos forman los bloques de construcción de una bruja verde. comprensión del mundo que la rodea. Representan la materia prima de naturaleza. El flujo y la interacción entre las cuatro energías elementales básicas. forman la base del cambio, transformación, crecimiento, evolución y desarrollo en nuestro entorno y en nuestras vidas. Cada elemento tiene una energía específica. Tradicionalmente, tienen las siguientes asociaciones:

- **Tierra:** puesta a tierra, abundancia; receptiva y pasiva
- **Aire:** comunicación, intelecto; proyectiva y activa
- **Fuego:** pasión, creatividad; proyectiva y activa
- **Agua:** emoción, sensibilidad; receptiva y pasiva

Page 47

Si bien estas asociaciones tradicionales son útiles y un atajo útil, ¿cómo percibes que la energía de cada elemento influye en tu práctica personal y Cómo interactúas con el mundo.

E JERCICIO: S ENSING LA F NUESTRO E LEMENTOS

Este ejercicio te ayuda a construir una relación personal con cada elemento. Antes de que empieces, revise el ejercicio anterior de detección de energía.

- **Tu diario de brujas verdes y un bolígrafo o lápiz**
- **Plato pequeño de tierra (Nota: asegúrese de que sea tierra rica; si todo lo que tiene es tierra para macetas seca, use un plato de sal o una piedra o un cristal.)**
- **Ventilador de mano (o una pequeña pieza de cartulina)**
- **Vela votiva en un candelabro**
- **fósforos y / o un encendedor**
- **Pequeño plato de agua**
- **Toalla pequeña**

1. **Comience sentándose en silencio en una mesa o en el piso con los suministros dispuestos frente a usted. Toma tres respiraciones profundas. Mientras exhalas, visualiza cualquier tensión que abandone tu cuerpo.**

2. Visualiza tus dedos brillando con tu energía personal. Visualiza la muestra de tierra brillando con la energía de la tierra.
3. Extienda suavemente y descanse las yemas de los dedos en el suelo (o sal, piedra o cristal). Cierra tu ojos y permita que su energía personal entre en contacto con su energía.
4. Mientras estás conectado a la energía de la tierra, observa todo lo que puedas sobre cómo te hace sensación.
5. Cuando haya terminado, retire los dedos y cepíllelos si es necesario. Sacude tu mano para eliminar cualquier exceso de energía o sensaciones extrañas. Abre tu diario y escribe todo de tus observaciones. ¿Qué observaciones hiciste sobre la energía de la tierra? Como lo hizo te hace sentir? ¿En qué te hizo pensar?
6. Levante el abanico de mano o la cartulina con una mano y sostenga la otra mano con la palma hacia arriba. Visualice la palma de su mano brillando con su energía personal. Cierra los ojos y lentamente comience a agitar el abanico o la tarjeta, creando una corriente de aire dirigida a su otra palma. Como el aire se mueve, míralo brillar con la energía del aire. Permita que la energía de la corriente de aire se encuentre la energía de tu palma y observa las sensaciones que captas. Variar la velocidad del aire. actual y observe si eso hace una diferencia en sus observaciones. Cuando estás terminado, aparta el ventilador y agita tu mano para eliminar cualquier exceso de energía o algo extraño sensaciones Escriba sus observaciones sobre la energía del elemento aire en su diario.
7. Enciende la vela votiva. Nuevamente, visualice la energía de su palma brillando. Visualiza el llama de la vela brillando con la energía del fuego. Mantenga su mano al lado de la llama en un distancia segura y cómoda, y alcance la energía del fuego con su propia energía. Observa todo lo que puedas sobre la energía del fuego. Cuando haya terminado, apague el vela y sacude cualquier exceso de energía de tu mano. Escriba sus observaciones sobre el energía del elemento fuego en tu diario.
8. Trae el plato de agua hacia ti. Visualiza tus dedos brillando con tu personal energía y ver el agua brillando con la energía del elemento agua. Toca lentamente el superficie del agua con la punta de los dedos y permita que su energía personal se relacione con el La energía del agua. Observe todo lo que pueda sobre la energía del agua. Cuando estás terminado, retire los dedos y límpielos en la toalla pequeña, luego agítelos para eliminar cualquier exceso de energía. Escriba sus observaciones sobre la energía del elemento de agua en tu diario.

Para una experiencia diferente, intente encontrar una gran manifestación natural de cada elemento energía con la que interactuar. Interactúa con la energía del sol de verano para ganar un

experiencia diferente de la energía del fuego. Pararse en una lluvia o tormenta de nieve o al lado de un Río fuerte que fluye para obtener una percepción diferente de la energía del agua. Entierra tus piernas y pies en arena o quitarse los zapatos y trabajar los dedos de los pies en el suelo del jardín recién convertido para interactuar con el elemento de la tierra. Quédese afuera en un día ventoso para experimentar el poder de aire. Escriba sus experiencias y observaciones en su diario de brujas verdes.

Para mantenerse en sintonía con las energías básicas producidas por los elementos, realice esto hacer ejercicio al menos una vez al año. Para una comprensión más profunda de los ciclos de energía en su área, interactuar con los elementos a gran escala una vez cada temporada. Hacer esto te ayudará Comprender mejor cómo interactúan las energías locales y cómo disminuyen sus niveles y presencia y fluir con el ciclo del año.

INVOCANDO A LOS CUATRO ELEMENTOS

Aunque los cuatro elementos siempre están presentes, puede elegir reconocerlos en su práctica invitando formalmente a uno o más de los elementos para ayudarte en tu trabajo de bruja verde. Esta invitación formal es a menudo llamado *invocando el elemento.*

Invocar un elemento es un acto consciente que atrae la energía de ese elemento para usted en su entorno Se puede invocar un elemento si lo desea ayuda o energía particular del elemento para combinar con el trabajo que está haciendo. por ejemplo, si está creando una bolsita de jardín para la fertilidad en su verdura jardín, entonces puedes invocar el elemento tierra para estar presente mientras construir el sobre y tejer la energía elemental en la energía del bolsita para ayudar a sostenerla y reforzarla.

En lugar de colocar sus símbolos elementales de acuerdo con una de las direcciones tradicionales, puedes crear una conexión más precisa con tu propia ubicación geográfica. Donde está ¿El cuerpo de agua más grande en tu vecindad? ¿Dónde están las cadenas montañosas? Donde estan las llanuras a través del cual el viento conduce sin nada que lo detenga? ¿Dónde parece brillar el sol? más brillante, con más calor? Es posible que desee reasignar asociaciones elementales con direcciones específicas Esto también puede afectar cómo llevas a cabo tu práctica personal.

A muchas brujas verdes les gusta trabajar con un símbolo de cada elemento cercano, que honra los elementos y crea una atmósfera equilibrada en la que trabajo. Como aprendimos en el Capítulo 2, cada elemento está asociado tradicionalmente con una dirección cardinal. Puede equilibrar la energía general de un área mediante introduciendo una energía elemental que falta. Una pequeña colección de los cuatro. Los símbolos elementales apoyan el equilibrio de las cuatro energías. También proporciona la bruja verde con una fuente de energías elementales de la que puede extraer en su trabajo mágico, si esas fuentes lo facultan para hacerlo. Esos simbolos puede ser tan simple como una pequeña vela de fuego, una pluma de aire (o un palo de incienso para representar el fuego y el aire juntos), una planta de piedra o verde para tierra y un pequeño vaso de agua. Puede configurarlos en sus direcciones adecuadas

o de cualquier manera que le atraiga.

También puede tener símbolos de los cuatro elementos en su espacio de trabajo donde

haces brujas verdes e invocas formalmente la presencia de los cuatro. Si tu

elige invocar los cuatro elementos, tendrás un poderoso grupo de energía para dibuja mientras trabajas que puede apoyar tu objetivo mágico.

MEDITANDO EN LOS ELEMENTOS

A veces lluvia de ideas con otras brujas verdes (o wiccanos y otros neopaganos) pueden ayudarlo a crear un nuevo conjunto de asociaciones para algo. Relajarse y pensar en un solo elemento a la vez también puede producir un sorprendente variedad de imágenes, pensamientos y correspondencias personales. Si tu haga este trabajo, no olvide tener su diario de brujas verdes cerca para grabar ideas a medida que surgen en su mente.

Siéntate cómodamente en tu espacio verde de brujas o en otro lugar familiar y Zona cómoda. Elija un elemento y comience a asociar libremente. No hagas todo cuatro elementos en una sesión, sin embargo; hazlos en días separados.

Descubre y desarrolla tus sentidos

Mientras todos interactúan de manera diferente con el mundo que los rodea, todos adquirir información a través de nuestros cinco sentidos.

VISIÓN

La mayoría de las personas son principalmente visuales. En situaciones sociales de todo tipo, nosotros tomar nuestras señales de otras personas. Observando su ropa, su lenguaje corporal, y su apariencia física nos da pistas sobre cómo comportarse adecuadamente. Ver diferentes colores también nos estimula de diferentes maneras.

Aquí hay algunos ejercicios para ayudarlo a desarrollar cómo usa su sentido de visión:

- **Siéntate frente a una ventana y úsalo como marco para lo que ves**

a traves de. Examina todo dentro de este marco, toma tanto tiempo ya que necesitas mirar realmente lo que ves. Si quieres, divide el ventana a cuartos y examinar la vista, cuarto por cuarto. Mirar texturas, colores y luces y sombras. Permítete ver realmente cosas en detalle, cosas que generalmente solo miras y asimilas durante un fracción de segundo

- **Mire una foto en color de una manzana, luego una manzana real.** Cómo son diferente a tus ojos? ¿Cómo son iguales?
- **Coloque un objeto cotidiano en una mesa frente a usted y mírelo cuidadosamente.** Luego sosténgalo por encima de su nivel normal de ojos y mire hacia arriba. Conjunto

tíralo al suelo y míralo. Muévelo a la izquierda, luego a la derecha. ¿Cómo cambia la posición del objeto cómo lo ves?

SONIDO

El sonido está abrumadoramente presente en nuestras vidas. Tráfico (automóviles, aviones, etc.), los sonidos de radio y televisión, y el ruido y las conversaciones de las multitudes nos rodean casi todo el tiempo. Nuestro mundo rara vez es realmente silencioso. El sonido del viento a través de las hojas de un árbol o del agua lamiendo el litoral son sonidos que hablan de entornos muy específicos que llaman reacciones emocionales específicas Escuchar nos ayuda a completar lo que revela nuestra visión para nosotros. Si nos quitan el sentido del oído, nos sentimos perdidos, pero también es Es cierto que si estamos en un área muy tranquila, podemos sentirnos incómodos.

Aquí hay ejercicios para ayudarlo a profundizar su sentido del oído:

- **Siéntese en un lugar familiar en su hogar y cierre los ojos.** Escucha deliberadamente y con conciencia de los sonidos de su hogar. Qué hacer ¿oyes? ¿Cuántos sonidos diferentes escuchas? Dónde están ¿procedente de? ¿Puedes identificarlos? (No intente este ejercicio solo antes de irte a la cama, o encontrarás que tu sintonización es muy pequeña los sonidos harán que te distraigas con los ruidos toda la noche).
- **Sentarse en un lugar público como un centro comercial o un restaurante y realizar esto hacer ejercicio de nuevo** Hazlo con un amigo a tu lado para que puedas relajarte y No te preocupes por lo que sucede a tu alrededor. Como son los sonidos ¿diferente? ¿Cómo es la forma en que escuchas en público diferente de cómo escucha en casa?
- **Sentarse al aire libre y realizar el ejercicio.** ¿Le resulta más difícil identificar sonidos al aire libre? ¿De dónde vienen? Escuchas mas o menos sonidos de los que escuchas en interiores?

TOQUE

Los niños siempre tocan todo lo que encuentran. A medida que crecemos, sin embargo, aprendemos que no es socialmente aceptable recoger todo lo que ver y manejarlo. Nuestra preocupación por el espacio personal también nos separa. los El sentido del tacto se puede dividir aún más en tipos específicos de sentidos que a menudo consideramos entrar en el título del tacto: la percepción del dolor, la percepción de la temperatura, la percepción de la presión, la percepción de

equilibrio y equilibrio, y la percepción de la conciencia o ubicación del cuerpo.

Pruebe estos ejercicios para explorar su sentido del tacto. Si es posible, hazlos con los ojos cerrados para que no uses la vista para influir en tu sentido de toque:

- **Reúna una pluma, un tazón pequeño de sal, un cubito de hielo en un tazón pequeño o vidrio, un trozo de madera y una cinta de raso y colóquelos sobre una mesa en frente de ti.** Uno por uno, explore el toque de cada elemento. Toma tanto tiempo como sea posible explorando la sensación de cada elemento. No intentes analizar el sensaciones: solo obsérvalas y acéptalas, disfrutando del aporte sensorial. Recoge el artículo; acariciarlo con la punta de los dedos, con la palma de la mano, con el dorso de tu mano. Corre a lo largo de tu antebrazo o mejilla. Aguántalo dentro tus manos y siente su peso y forma. ¿Cómo se siente si lo sostienes? ¿todavía? ¿Cómo se siente si mueve la mano mientras la sostiene?
- **Encuentra un parche de sol.** Mueve tu mano hacia el sol y siente su calor. Vuelva a moverlo hacia las sombras y sienta la ausencia de calor.
- **Coloque un tazón de agua tibia y un tazón de agua fría sobre la mesa en frente de ti.** (Asegúrese de que el agua tibia no esté hirviendo). Hunda los dedos de una mano en el recipiente con agua tibia, déjalos allí por un minuto, luego retírelos y póngalos en el recipiente con agua fría. Cómo la sensación de contraste de temperatura? Después de dejar tus dedos en el frio agua por un minuto, sumergirlos nuevamente en el agua tibia. ¿El calor el agua se siente diferente ahora?

GUSTO

Nuestro sentido del gusto a menudo se ahoga en exceso. Comida rápida y comidas enlatadas han bajado nuestros estándares de sabor a tal punto que si probamos una zanahoria recién sacado de la tierra, nuestras papilas gustativas están sobreestimuladas y perdemos La complejidad del sabor. Aún más común es morder una manzana fresca. los sabor picante sorprende nuestras papilas gustativas, que se han acostumbrado a la más opaca sabor de fruta almacenada para liberación periódica durante el invierno y la primavera. Produce importado de otras áreas a menudo viaja durante días y pierde la profundidad de su sabor. Nos hemos acostumbrado a los gustos aburridos y químicos.

Para recordarle a sus papilas gustativas sabores únicos, haga el siguiente ejercicio:

- **Lávese y séquese las manos.** Sobre una mesa, coloca un tazón pequeño de sal, un un tazón pequeño de azúcar, un tazón pequeño de una hierba como el romero (preferiblemente fresco, pero seco), un segmento de naranja, una rodaja de limón, un vaso de agua y una rebanada de pan simple. Siéntate y toca tu dedo a la sal, luego toque el dedo con la lengua. Permitir el sabor de la sal para extenderse por la lengua. ¿A qué sabe? Puedes describirlo sin usar la palabra "salado"? Limpia tu paladar tomando un sorbo de agua y un pequeño bocado del pan. Repita la acción con el azúcar, luego limpia tu paladar nuevamente. Continuar a lo largo de los alimentos, Tómese el tiempo para permitir que cada sabor se hunda en sus papilas gustativas. Imagina estás probando cada comida por primera vez.

- **Repita el ejercicio anterior cuando tome el primer bocado de su próximo comida.** Pruebe cada artículo en su plato lenta y cuidadosamente, e imagine estás probando cada uno por primera vez. Este también es un maravilloso ejercicio para realizar con alimentos de temporada como fruta local que acaba de ha sido cosechado Fresas cultivadas localmente y recolectadas durante la fresa la temporada, por ejemplo, tiene un sabor muy especial que no se puede replicar por las bayas de invernadero cultivadas en todo el país fuera de temporada.

OLER

Por lo general, subestimamos el poder de nuestro sentido del olfato. El olor es un sentido delicado que recoge pequeños cambios en las corrientes de aire, y a menudo es abrumado en la ciudad por los gases de escape de automóviles, suciedad y desechos, perfumes y jabones excesivamente perfumados y la efluencia general de miles de personas que viven muy juntos Alternativamente, cuando viajamos a otra área, como el orilla del mar o el campo, podemos sentirnos abrumados por los olores allí simplemente porque no estamos acostumbrados a ellos o porque no están diluidos o cubierto por otros aromas.

Pruebe estos ejercicios para ayudar a profundizar su comprensión de su sentido de oler:

- **Siéntese en un lugar familiar en su hogar y cierre los ojos. Respirar igualmente.** A medida que inhala, observe qué olores está oliendo. Cuál es el olor general general de su hogar? ¿Puedes identificar más el olores individuales que constituyen ese olor general?
- **Repita este ejercicio en un lugar público, con un amigo para mantener un mira lo que sucede a tu alrededor.** Cuando cierras los ojos, cómo ¿identificarías la ubicación simplemente por su olor? Puede identificar pequeños olores individuales?
- **Repita este ejercicio al aire libre.** ¿Le resulta más fácil o más difícil identificar olores individuales afuera?

EL SEXTO SENTIDO

Junto con los cinco sentidos físicos básicos, hay otro método que usa para recopilar información Este es el sentido que la gente llama el sexto sentido. Tu sexto el sentido te dice que alguien detrás de ti te está mirando; aunque tu no puede usar uno de los cinco sentidos físicos para confirmarlo, puede sentirlo. los bruja verde sabe y entiende que este sentido no siempre puede ser explicado. También reconoce su existencia y acepta información. adquirido a través del sexto sentido. Hay varias explicaciones de cómo el sexto El sentido funciona. Algunos dicen que su campo de energía personal (a veces referido

como el aura) recoge los campos de energía de otras cosas y pasa la información entre ellos.

Al vivir en un entorno urbano, las personas tienden a volverse insensibles a la Vistas, olores y sonidos de su entorno diario. Una bruja verde debería sin embargo, nunca se deja insensibilizar porque esto significa que ella perderá pequeños cambios de energía, cambios que pueden indicar un problema de algunos tipo. El viejo adagio "la familiaridad genera desprecio" tiene alguna aplicación aquí también. Cultivar tu sexto sentido puede ayudarte a evitar la trampa de desensibilización, ya que le permite un método alternativo por el cual la información viene a ti

Capítulo 4

Manifiesta el poder de las estaciones

UNA ADVERTENCIA DEL RITMO NATURAL de los solsticios y equinoccios y cómo se reflejan en su propia ubicación geográfica del eje del verde La práctica de la bruja. El año solar se compone de cuatro estaciones distintas, cada una con resonancia para la bruja verde. Estas cuatro estaciones pueden proporcionar la base para práctica personal y la creación de una tradición única específica para usted como bruja verde individual.

Las cuatro estaciones también le permiten reconocer formalmente el flujo estacional energía y honrarlo. Dedique algo de tiempo el primer día del día o alrededor estación para meditar sobre los cambios en la energía que estás sintiendo en tu ambiente. Medita sobre la parte del ciclo de vida que representa la temporada. Esta El capítulo proporcionará meditaciones sugeridas para los solsticios y equinoccios. Siguen las asociaciones simbólicas tradicionales de cada estación.

Es importante sentir el ascenso y la caída, el flujo y reflujo, y los diferentes "Sabores" de energía estacional. Esta es la clave para armonizar el yo con la naturaleza. La naturaleza tiene ritmos; tienes ritmos Armonizar significa combinar tu ritmos personales con los ritmos de tu entorno. Esto maximiza tu interacción con la naturaleza para que puedas comunicarte más claramente con ella. Observa y observa los ritmos del clima donde vives regularmente base. El clima tiene una gran influencia tanto sobre su entorno como sobre tu propia energía personal.

Ciclos estacionales y energía

No importa dónde viva, sus ciclos climáticos forman un patrón reconocible durante un año calendario completo. La vegetación crece y retrocede en un patrón. durante el año. La población animal sigue ciertos patrones de comportamiento. Como

El ángulo de la tierra y la distancia del sol cambian, el ciclo estacional encarna la relación básica entre la luz y la oscuridad. El concepto de la oscuridad es necesaria en el ciclo natural: sin oscuridad, no puede haberperíodo de barbecho durante el cual la tierra recupera su fuerza, las semillas no germinan, los animales no soportarán a sus crías en temporada.Cuando observamos las cuatro estaciones, podemos clasificar los cambios climáticos. y respuestas ambientales que ocurren durante el año calendario. Cuando nosotros observar un cierto evento que ocurre en el mundo natural, por ejemplo, podemos diga: "Ah, ahora es primavera". Ese evento puede ser diferente para su vecino, para alguien en la siguiente zona horaria, o alguien en el otro hemisferio o sur del ecuador. Todos tenemos asociaciones personales con eventos de temporada que realmente trae a casa en qué época del año es. Estas asociaciones son parte de nuestro conexión personal con el mundo natural que nos rodea.En América del Norte y Europa, hay cuatro estaciones que comienzan en determinadas días y en horarios específicos. Los cambios climáticos son creados por la órbita de la Tierra alrededor del sol. A medida que la tierra gira alrededor del sol, la superficie de la tierra está expuesta a más o menos de los efectos del sol. Esto es causado por el ángulo de declinación del eje del planeta. La cantidad de luz solar desencadena respuestas conductuales en plantas y animales, incluidos los humanos.

En las culturas antiguas, las estaciones a menudo se nombraban de acuerdo con los fenómenos naturales de la ubicación geográfica y, a menudo, se calcularon mediante la observación de los movimientos de estrellas y planetas, o eventos como inundaciones o movimientos de rebaños. Hoy en algunos áreas las estaciones se clasifican por temperatura (la estación cálida, la estación fría) o por eventos meteorológicos (la temporada de lluvias, la estación seca).

En América del Norte, aunque las estaciones están determinadas por posición astronómica del sol y la tierra, meteorológicamente el las fechas aproximadas del 21 de marzo, 21 de junio, 21 de septiembre y 21 de diciembre son solía marcar el comienzo de la primavera, el verano, el otoño y el invierno. Si un diferente fecha en estos meses tiene más sentido para usted donde vive y corresponde a cómo se manifiestan las diferencias estacionales en su entorno, por qué no usarlos? El punto de vivir como una bruja verde es estar en sintonía con tu alrededores. Adherirse a una fecha simplemente porque es una fecha estándar no siempre tiene sentido cuando se trata de celebrar las estaciones cambiantes. Si la primavera llega antes o después del 21 de marzo en su área, como se refleja en el reinos de plantas y animales y en tu propia alma, luego, por supuesto, celebra El comienzo de la primavera en un momento diferente. La primavera no tiene que venir mismo día todos los años, tampoco. Quizás un año sientes que la primavera tiene llegó el 2 de abril, por ejemplo, y al año siguiente siente que ya ha llegó el 12 de marzo. Confía en tu instinto. Está respondiendo a las energías fluyendo a través de su localidad.

Mientras la bruja verde vive una vida práctica, las cuatro estaciones ofrecen ambas Oportunidades prácticas y espirituales para aprender más sobre la naturaleza y la vida. en armonía con eso. Los inicios de las cuatro estaciones son puntos específicos en para hacer una pausa y evaluar tu vida. Esto no solo es útil para lo espiritual

evaluación; También es bueno para fines prácticos, como reducir la muerte crecimiento en el jardín, poda de árboles, cosecha de los últimos cultivos, lavado ventanas, limpiar el garaje y hacer limpieza general de la casa.

Los verdaderos sentimientos de la temporada pueden llegar antes o después del calendario. indica. Depende de ti como una bruja verde observar, confiar y elegir celebra cuando sientas que la temporada realmente ha llegado. Recuerda, la clave para desarrollar su propia práctica personal es forjar su propia conexión con El flujo de energía del año, ya que está influenciado por el clima y el clima. Donde vives. Si vives al sur del ecuador, recuerda que estos los equinoccios y los solsticios se invierten, y usan la meditación apropiada para tu temporada

MAREAS DEL AÑO

Las mareas estacionales hacen eco del ciclo natural en la vida interior del verde. bruja.

1. Equinoccio de primavera al solsticio de verano: la marea creciente
2. Solsticio de verano hasta equinoccio de otoño: la marea de cosecha
2. Equinoccio de otoño al solsticio de invierno: la marea de descanso
3. Solsticio de invierno hasta equinoccio de primavera: la marea limpiadora

Estas cuatro mareas pueden verse como etapas de su vida. La naturaleza cíclica de la vida se refleja en tus relaciones y carreras y en lo que aprendes mientras

crecer. Puedes imaginarlo como una espiral. Las energías de las mareas estacionales dan la
oportunidades de brujas verdes para mirar dentro de sí misma y ver toda la naturaleza reflejada en miniatura allí.

Celebrando los solsticios y equinoccios

En su práctica personal, es mejor observar cómo se siente durante un año y basa tus propios festivales en esas observaciones de lo que es consultar un libro, encontrar fuera del equinoccio de otoño, lea que está asociado con finales y cosechas y celebrar en consecuencia. ¿Qué pasa si piensas en el otoño como un comienzo? Si bien celebrar las antiguas asociaciones puede ser positivo, en el sentido de que nutre un sentido de unidad con tus antepasados y con la tierra, también puede ser contraintuitivo si no coincide con las energías de su geografía lugar. Una bruja verde busca honrar las energías a las que busca sintonizarse a sí misma.

La brujería verde se trata de ser práctico, de nutrir y desarrollar nuestra relación con el mundo natural que nos rodea. La bruja verde la hace

herramientas propias, y crece y cosecha sus propias hierbas. Al interactuar directamente con La secuencia natural de las estaciones crea una práctica más amplia. Por entendiendo cómo el año sube y baja, obtienes una comprensión más profunda de cómo la vida misma teje, desenreda y vuelve a tejer la red de la vida.

Entonces, ¿cómo se celebra un solsticio o un equinoccio? No hay derecho o Sentido Contrario. No hay tradiciones formales que deban marcarse, ni rituales que debe ser promulgado. Cada bruja verde crea su propia tradición, la suya. expresión de las estaciones y cómo cambian. Esa expresión única será reflejan cómo la estación afecta su espíritu, su corazón y su cuerpo.

La forma más básica de celebrar los solsticios y equinoccios implica permitiéndote interactuar con el entorno natural que te rodea. Gastar El día al aire libre. Dé un paseo por su vecindario y vea cómo las cosas estan cambiando. Si lo prefieres, puedes celebrarlo en interiores. Reúna temporada vegetación y decorar tu hogar. Mientras que algunas brujas verdes creen que La generosidad de la naturaleza debe dejarse al aire libre y apreciarse en su lugar y no ser cosechado para algo tan pequeño como la decoración, otros abogan por usar flores y vegetación, ya que están disponibles y siempre con un sentido de armonía, responsabilidad y uso justo.

Meditaciones para cada temporada

Meditar en cada turno estacional es una de las formas más directas de experimentando la energía del mundo natural y rastreando tu propia respuesta a Su flujo y reflujo durante todo el año. Usa la siguiente meditación estacional bosquejo como la base de sus meditaciones. Variaciones estacionales apropiadas (como enumerados en la sección de cada temporada) se dan. Usando una meditación consistente con solo estas pequeñas variaciones le permite sentir fácilmente las pequeñas diferencias que surgen de la meditación que de otra manera podrías perderte si sigues una secuencia diferente cada vez.

S EASONAL M EDITACIÓN B ASE

Idealmente, esta meditación debe hacerse afuera: en su jardín, en un lugar privado y seguro. lugar en un parque público, incluso en su balcón o patio. Si tiene acceso a bosques o campos, estos también hacen lugares ideales para encontrar y sintonizar con la energía de la primavera. Si elige meditar en un lugar público, asegúrese de sentirse cómodo y sentirse lo suficientemente seguro como para permitirte la libertad de meditar. Si te preocupan los demás interferir, ir a otro lugar o hacer la meditación en su hogar.

1. **Acomódate cómodamente y cierra los ojos. Visualice una fina niebla verde que se eleva desde el tierra e irradiando de todas las cosas que crecen a tu alrededor.**
2. **Tome tres respiraciones lentas y profundas. Cada vez que inhales, visualiza esa niebla de verde verdoso energía que fluye hacia los pulmones y se extiende por todo el cuerpo, trayendo consigo**

sensación de confort y relajación, de unidad con su entorno. Mientras exhalas, suelta cualquier tensión, estrés o preocupación que pueda sentir.

3. **Permita que su energía personal se expanda ligeramente para que se fusione con el verde natural. energía a tu alrededor. Dirige tu conciencia hacia abajo en el suelo. Permita que se hunda profundamente la tierra, lenta y suavemente No fuerce su energía, pero deje que se hunda y tamice a través del partículas de tierra Cuando te sientas cómodo, detente y siente la energía del suelo alrededor te acunas, te envuelves.**
4. ***Inserte la visualización estacional apropiada aquí.***
5. **Cuando sienta que es hora de volver a la conciencia normal, ofrezca la tierra alrededor de su conciencia un pequeño regalo de gratitud (la emoción es energía, después de todo), luego permita que su conciencia levantarse lentamente a través del suelo para regresar a su cuerpo físico. Después de pasar tiempo dentro en la tierra como esta, probablemente estarás tan relajado que el movimiento lento será natural para tú. Asegúrese de tomarse el tiempo para regresar a fondo. No te quedes simplemente de regreso, o estarás desorientado y tu energía personal estará desequilibrada.**
6. **Una vez que su conciencia haya regresado, póngase a tierra (vea el Capítulo 3) y tome tres respiraciones**
7. **Abra los ojos y mueva suavemente los brazos y las piernas para calentarlos y reafirmar su forma física. Párate lentamente y haz algunos estiramientos suaves para relajar tus músculos.**

Escribe un resumen de tu experiencia en tu diario de brujas verdes. ¿Cómo se sintió al interactuar con la tierra en esta temporada? ¿La interacción te enseñó algo nuevo? Tuviste ¿Aprende algo nuevo sobre su ubicación geográfica? ¿Recogiste alguna idea del ¿experiencia? Escriba sus pensamientos y preguntas, cualquier visión que haya tenido o nuevos entendimientos a los que puede haber llegado. Tome notas sobre cómo se siente esta temporada comienza, cómo se sintió la energía del lugar que elegiste. Recuerde tener en cuenta el clima, también.

En años futuros, puedes hacer que leer notas en el diario de tu bruja sea el comienzo de tu Celebración estacional. Compare cómo se siente ahora con cómo se sintió en años anteriores. Qué son las similitudes? ¿Cuáles son las diferencias?

El equinoccio vernal

El movimiento de las estaciones es un ciclo interminable. Aunque en realidad no hay lugar al que podamos señalar firmemente como el comienzo de la temporada ciclo, la primavera a menudo se ve como la primera temporada de la secuencia. Esto viene por el hecho de que los calendarios anteriores comenzaron el año en la primavera. La primavera es también tradicionalmente asociado con nuevos comienzos, siembra, infancia y juventud. Cosas en general. La primavera es un momento de potencial, un tiempo para planificar y plantar, y un tiempo para pedir deseos sobre lo que quieres que sea el futuro sostener. El equinoccio vernal se puede comparar con el amanecer del día. Nueva luz emerge, tocando el paisaje con un brillo suave, y la vida rebosa de maravillosas posibilidades simplemente esperando a realizarse.

El equinoccio vernal tiene lugar en el momento en que la noche y el día son de igual longitud por primera vez después del solsticio de invierno. Desde este momento, el sol estará en el cielo unos minutos más todos los días, y las noches lentamente se acortan.

S PRING M EDITATION

Realice esta meditación en o alrededor del equinoccio de primavera. Si el día del equinoccio oficial no funciona para usted, pruébelo alrededor de la época del año cuando hay muchas cosas nuevas emerge en el entorno natural donde vives.

Comience la meditación como se describe en la estructura de meditación estacional.

Una vez que haya alcanzado un lugar de comodidad en lo más profundo de la tierra, respire esa energía y siente como llena tu cuerpo. Siente la energía del suelo en este momento del equinoccio de primavera. Siente el potencial que vibra en la tierra. Alcance y sienta los primeros movimientos de raíces y semillas donde se acurrucan con seguridad, absorbiendo la energía del suelo y usándola para nutrir su propia fuerza vital, cada vez más fuerte en su sueño. Siente el lento despertar de estas raíces y semillas, y piense en el potencial que tienen y la vida lujosa que pronto mostrarán.

Permanezca acunado por la energía del suelo todo el tiempo que desee, disfrutando de la sensación de potencial y las primeras agitaciones de la vida.

Termine la meditación como se describe en la estructura de meditación estacional.

EL SOLSTICIO DE VERANO

El solsticio de verano, o pleno verano, marca el momento en que el sol está en Es el más alto. Es el día en que el sol pasa la mayor cantidad de horas por encima del horizonte. Tradicionalmente, este día está asociado con la expansión y la gran energía. El solsticio de verano marca el comienzo del verano, un período en el ajetreado de hoy. mundo que asociamos nostálgicamente con el juego y la relajación y el verano vacaciones Por el contrario, también está asociado con el trabajo duro, ya que en el ciclo agrícola los campos deben ser atendidos. Los cultivos continúan madurando rápidamente y con gran fuerza y puede crecer fácilmente sin control.

S UMMER M EDITACIÓN

Realice esta meditación en o alrededor del solsticio de verano, o cada vez que sienta el verano ha llegado donde vives. Si esto no funciona para usted, pruébelo en otra época del año. cuando las cosas están en medio de un período de crecimiento y expansión.

Comience la meditación como se describe en la estructura de meditación estacional anterior.

Una vez que haya alcanzado un lugar de comodidad en lo más profundo de la tierra, respire esa energía y siente como llena tu cuerpo.

Siente la energía del suelo en este momento del solsticio de verano. Siente la energía del alimento y crecimiento que vibra en la tierra. Siente la expansión, el latido de la vida a medida que fluye a través de raíces y tallos. Explore el sistema interactivo de minerales, nutrientes, agua y materia vegetal descompuesta fértil que alimenta a la nueva generación de vida vegetal. Sentir el sentimiento de vitalidad, de vida, de expansión e incremento, de alcanzar y abrir, el flujo de creación apasionada y alegre que late a través de la tierra.

Permanezca acunado por la energía del suelo todo el tiempo que desee, disfrutando de la sensación de vitalidad. y vida fértil a tu alrededor.

Termine la meditación como se describe en la estructura de meditación estacional.

EL EQUINOX OTOÑO

Como en el equinoccio vernal, los minutos del día y la noche son exactamente iguales en el momento del equinoccio de otoño. Del solsticio de verano, los minutos de la luz del día ha disminuido lentamente y los minutos de la noche han aumentado.

El otoño se asocia tradicionalmente con la cosecha y la acción de gracias por la recompensa. de la tierra, que ha sido cuidada incluso antes de que las plantas comenzaran a crecer. Fall también incorpora temas de sacrificio, pérdida y arrepentimiento gentil, para el Han pasado preciosos días de verano y ahora se acerca el invierno. Otoño es Un tiempo de pesaje. ¿Qué es necesario mantener? ¿Qué se puede dejar atrás como el ¿Ciclo pasa a una época de escasez?

F TODA M EDICIÓN

Realice esta meditación en o alrededor del equinoccio de otoño o cada vez que sienta que el otoño ha llegado donde vives. Si esto no funciona para usted, pruébelo alrededor de la época del año. cuando las cosas están en medio de un período de cumplimiento y cosecha y se acerca el final de su ciclo

Comience la meditación como se describe en la estructura de meditación estacional.

Una vez que hayas alcanzado un lugar de comodidad en lo profundo de la tierra, respira esa energía, y siente como llena tu cuerpo.

Siente la energía del suelo en este momento del equinoccio de otoño. Siente la energía de completar y contentamiento que vibra en la tierra. Alcance y sienta la plenitud, el sentimiento de logro a medida que fluye a través de raíces y tallos. Explore el movimiento suave y lento de energía en todo el suelo y las raíces de las plantas como el ciclo de producción de frutos y semillas llega a su fin en la superficie de la tierra. Sentir los sentimientos de satisfacción, de vida, de placer y satisfacción, de aprecio y ofreciendo ese pulso a través de la tierra.

Permanezca acunado por la energía del suelo todo el tiempo que desee, disfrutando de la sensación de abundancia. y serenidad a tu alrededor.

Termine la meditación como se describe en la estructura de meditación estacional.

LA SOLSTICIA DE INVIERNO

El solsticio de invierno es el día más corto del año, cuando la altura del sol es el más bajo que es todo el año. Aunque las horas de la noche superan a las horas De día, a partir de este momento, el sol comienza a recuperar el tiempo perdido.

El invierno en el ciclo de vida se asocia tradicionalmente con la muerte aparente, lo cual es necesario para permitir el renacimiento asociado con la primavera. Sin muerte No puede haber nueva vida.

W INTER M EDITACIÓN

Realiza esta meditación en o alrededor del solsticio de invierno, o cuando sientas que el invierno ha llegado donde vives. Si esto no funciona para usted, pruébelo en el momento de

año en que las cosas han llegado a un punto de reposo, de aparente muerte o cese de movimiento.

Comience la meditación como se describe en la estructura de meditación estacional anterior.

Una vez que haya alcanzado un lugar de comodidad en lo más profundo de la tierra, respire esa energía y siente cómo llena tu cuerpo.

Siente la energía del suelo en este momento del solsticio de invierno. Siente la energía del silencio y la quietud. que impregna la tierra Alcance y sienta la oscuridad, la sensación de lentitud mientras fluye a través de raíces y tallos. Explore el movimiento apenas perceptible de la energía. en todo el suelo y las raíces mientras el mundo de arriba yace durmiendo. Sentir los sentimientos de relajación, incubación, sueños y el aliento de lo que puede llegar a ser ese goteo por la tierra

Permanezca acunado por la energía del suelo todo el tiempo que desee, disfrutando de la sensación de calor. quietud y sueño a tu alrededor.

Termine la meditación como se describe en la estructura de meditación estacional.

Realizar rituales estacionales

Las meditaciones son un método para interactuar con la energía de la temporada. Los rituales son otro. Porque la brujería verde es informal, ya sea para usar práctica popular neopagana de crear un círculo ritual para diferenciar el sitio ritual del mundo mundano depende de la bruja verde misma. En tradiciones ocultas, el círculo representa protección contra fuerzas negativas que podrían interferir en tu trabajo. En la práctica de la bruja verde, sin embargo, no requerimos protección, porque todo es parte de la naturaleza. En cambio, aquellos que eligen usar un círculo, úselo para designar un área de pureza en la que trabajar, un lugar sagrado establecido aparte para el ritual. Si elige delinear su área ritual de esta manera, simplemente puede caminar por el perímetro de su espacio con la intención de marcar eso. No se requieren más acciones formales, visualización o palabras.

S PRING E QUINOX E GG R ITUAL PARA W ELCOMING C reative E NERGÍA I NTO Y NUESTRO L IFE

Este ritual está diseñado para reunir parte de la energía abundante y fértil de la naturaleza en el primavera y dirígela hacia un área de tu vida donde puedas usar una toma de Energía productiva y creativa.

Este hechizo atrae a la doncella de primavera y al sol juvenil por sus bendiciones y energía; He usado deliberadamente figuras simbólicas en este ritual para que puedas visualizarlas mientras deseo. Debido a que la brujería verde no adora a ninguna deidad específica, eres libre de invoque la energía de la deidad como mejor le parezca y de acuerdo con su religión de elección. En este y otro rituales, si desea atraer a una deidad a la que adora regularmente, entonces todos significa sustituir a ese dios o diosa.

Antes de comenzar este hechizo, colorea tu huevo crudo según tu color personal asociaciones. Por ejemplo, si el área de tu vida que requiere energía está relacionada con la carrera,

puede colorear el huevo marrón o naranja; si está relacionado con el romance, es posible que desee colorear El huevo rojo o rosado.

Realice este ritual en su hogar en su altar, o donde se sienta cómodo. Vas a necesitar:

- **fósforos o encendedor**
- **1 vela pequeña de color verde pálido**
- **1 huevo crudo, coloreado según su preferencia**
- **Bolígrafo**
- **Pequeño trozo de pergamino**
- **Plato a prueba de calor**

Luego sigue estos pasos:

1. Crea un espacio sagrado como prefieras.
2. Encienda la vela y tome el huevo en sus manos. Diga: *Diosa soltera de la primavera, luz y vida, Dios juvenil del sol, exuberante y alegre: bendice este huevo y llénalo con el poder de primavera, de vida, de energía fértil y creativa. ¡Que mi vida se energice!*
3. Coloque el huevo al lado de la vela.
4. Usando la pluma, escriba en el pergamino la situación o área de su vida a la que desea dirigir la energía creativa de la primavera. Cuando haya terminado de escribir, sostenga el papel entre tus manos y potenciarlo con tu necesidad.
5. Toque con cuidado la esquina del papel con la llama de la vela hasta que se incendie. Déjalo caer el plato resistente al calor y permita que el papel se queme por completo hasta convertirse en cenizas.
6. Permita que la vela se queme por completo. Deja que el huevo descanse al lado de la vela.
7. Cuando la vela se haya apagado, saca el huevo y el cuenco de cenizas al aire libre y cava un hoyo el terreno. Coloca el huevo en el agujero y espolvorea las cenizas del papel encima. Enterrar estos cuidadosamente y con reverencia. La energía del huevo y la tierra comenzará lentamente a infunde la situación en tu vida en la que pediste energía.

S V ERANO G ARDEN B LESSING R ITUAL

Hacer cadenas de flores es una forma maravillosa de combinar juego, trabajo y creatividad. Tomar aprovecha la abundante y lujosa energía de expansión y crecimiento que manifiesta en verano para bendecir tu jardín con este ritual. Antes de comenzar, seleccione un lugar en Su jardín para servir como un lugar de ofrenda. Reúna las hojas y flores que usará de su jardín o de la naturaleza (recordando cosechar responsablemente); no los compre a una floristería Si lo desea, use su mano en lugar del bastón o varita. Necesitará:

- Varita o personal
- Stang (bifurcación o bastón; ver Capítulo 2)
- 12 flores (usted elige; las flores silvestres y las malas hierbas están bien, pero asegúrese de que los tallos estén al menos 4 pulgadas de largo y no seleccione nada con hojas tóxicas)
- 12 hojas (usted elige; lo más grande posible, con tallos firmes)
- Cuchillo o tijeras (opcional)
- Jarra, tazón, taza o regadera llena de agua

Luego sigue estos pasos:

1. Con la varita o el bastón en la mano, dé la vuelta o camine por su jardín. Sostener el varita o bastón frente a ti, su base cerca del suelo. Visualiza la energía vital a medida que sube desde el suelo a través de las raíces de las plantas para nutrir los tallos, hojas, flores y frutos.

2. Circula o camina por el jardín por segunda vez, aún sosteniendo la varita o el bastón, pero esto el tiempo se elevó más alto para que la punta llegue al cielo. Visualiza la energía del sol y La lluvia alimenta las plantas desde arriba.

Page 63

3. Haz un círculo o camina por el jardín por tercera y última vez, ahora sosteniendo la varita o el bastón horizontalmente. Visualice la energía de cada planta en crecimiento individual expandiéndose para unirse con las otras plantas a su alrededor, formando todo tu jardín.

4. Coloque la varita o el bastón frente a su lugar de oferta elegido. Toma el ciervo, y inserte el extremo único en la tierra con firmeza para que el extremo bifurcado se mantenga en posición vertical y estable.

5. Siéntate o arrodíllate frente al ciervo y toma una de las flores. Retire cualquier hoja o vegetación a lo largo del tallo y recórtela a aproximadamente 6 pulgadas de largo. Con tu uña (o el cuchillo o las tijeras, si lo prefiere), haga una pequeña hendidura vertical en el tallo de aproximadamente 1-2 pulgadas debajo de los pétalos No hagas la rendija demasiado larga; 1 / 2 pulgadas debería ser suficiente. Haz lo mismo para Las otras once flores.

6. Sostenga la primera flor justo debajo de los pétalos. Tome una segunda flor e inserte cuidadosamente extremo del tallo en la ranura en la primera flor. Tire con cuidado del tallo de la segunda flor a través de la ranura hasta que la ranura en el segundo tallo haya pasado a través de la ranura del primer tallo.

7. Recoja una tercera flor e inserte su tallo en la ranura de la segunda flor. Repita hasta que todos doce flores han sido ensambladas en una cadena.

8. Cuelgue suavemente la cadena de flores en el ciervo colocando cada extremo sobre una de las ramas para que que el centro de la cadena forma un suave botín. Si la cadena no es lo suficientemente larga, simplemente cuélgalo sobre el tenedor.

9. En cada una de las hojas, haga una pequeña hendidura en el tallo de la hoja.

10. Toma una hoja y sostenla en tu mano. Tómese un segundo e inserte suavemente el tallo en la ranura de la primera hoja. Tire del segundo vástago hasta que la ranura pase por la primera ranura. Continúa con las hojas restantes, hasta que tengas otra cadena.

11. Cuelgue suavemente la cadena de la hoja en el ciervo colocando cada extremo sobre una de las ramas, de modo que Se encuentra a lo largo de la cadena de flores. Si la cadena de la hoja no es lo suficientemente larga, simplemente cuélguela bifurca o enróllalo suavemente alrededor de la cadena de flores.

12. Pon las dos manos sobre las cadenas y di:
Poderes del viento y la tierra,
Poderes del sol y la lluvia:
Por árbol, flor y hoja,
Con mis manos y mi corazón
Bendigo este jardín con vida y amor.

13. Tome la jarra o tazón de agua y camine por su jardín, rociando suavemente gotas de agua por todas partes. Mantenga un poco de agua. Regresa al ciervo y vierte el último del agua en su base donde ha sido empujada al suelo y decir: *doy gracias a la tierra por su generosidad, su protección y su apoyo. Bendita sea la tierra y los que caminan sobre eso.*

14. Si lo desea, puede sentarse junto al ciervo y meditar por un tiempo o simplemente disfrutar de estar en su jardín. También puede desmalezar, labrar la tierra, adelgazar algunas plantas o hacer cualquier trabajo de jardinería. necesita ser hecho. Deje las cadenas en el ciervo durante al menos un día (o mientras se sienta bien) en dejarlos). Quítelos cuando se hayan marchitado, pero no los tire. Añadir ellos a tu pila de compost.

A UTUMN E QUINOX H ARVEST R ITUAL

Este ritual honra los productos y la generosidad de la tierra y te permite participar en el energía de la temporada al realizar la acción esencial de cosecha. Puedes cosechar algo

de tu propio jardín o algo salvaje. Si tiene mucho que cosechar, elija el primero o el último artículo que planeas cosechar para este ritual. La herramienta de cosecha dependerá de qué estás cosechando Necesitará:

- Cuchillas afiladas, tijeras de podar, tijeras o tijeras.
- Botella pequeña o tazón de agua.

Luego sigue estos pasos:

1. Parado al lado de lo que está cosechando, extienda la mano y sienta que la planta está energía. Decir:
Te honro, hija de la tierra.
Honro tu crecimiento, tu flor y ahora tu fruto.
Te agradezco tu energía.
Bendito sea, hijo de la tierra.
Que yo, que cosecho tu fruto, sea bendecido por el acto.

2. Con la herramienta de cosecha, corte la fruta de la planta. Siente la energía de la planta cuando han cosechado sus productos. Honra la diferencia que sientes.

3. Vierta el agua en la base de la planta en agradecimiento.

Me CE R ITUAL PARA LA W INTER S OLSTICE

Este ritual es un recordatorio físico de que la primavera siempre seguirá al invierno. Si vives en un región sin nieve, haga un lote de cubitos de hielo antes del ritual y úselos. Un metal se recomienda un tazón porque reflejará mejor la llama de la vela, aunque crecerá mucho frío, así que ten cuidado con tus dedos cuando lo sostienes. Si hace frío invernal donde vives, Realiza este ritual en interiores. De lo contrario, el hielo y la nieve no se derretirán, y el punto de El ritual se perderá.

Realice este ritual en su hogar en su altar o donde se sienta cómodo. Vas a necesitar:

• Tazón (preferiblemente de metal)
• Cubitos de hielo o trozos de hielo y nieve del exterior (aproximadamente 1 taza)
• Vela (roja, naranja o amarilla) en candelabro
• fósforos o encendedor

Luego sigue estos pasos:

1. Coloque la nieve o los cubitos de hielo en el tazón y siéntese o arrodíllese al lado. Enciende la vela y coloca detrás del cuenco para que puedas ver el reflejo de la llama bailando en el hielo o la nieve.

2. Di:

A medida que la temporada cambia y el sol brilla,
Saludo la luz que vuelve a la tierra.
La oscuridad disminuye, la luz fluye de nuevo
Y día a día la tierra se calentará.
Bienvenido de nuevo, sol brillante!
Que tus rayos acaricien la tierra y transformen hielo en agua,
Nieve a lluvia, frío a calor,
Y de invierno a primavera otra vez.

3. Permita que la nieve o el hielo se derrita hasta que sea agua. Mira el reflejo de la llama de la vela en el agua en el tazón y piensa en el calor del sol. Siente la energía de la nieve como se derrite, la energía de la llama cuando emite luz y calor. Observar la comunicación entre los dos.

Página 65

4. Cuando haya terminado, vierta el agua afuera en la base de un árbol.

Page 6?6

Página 68

Capítulo 5

Vive de cerca con la tierra

T HE fuentes del VERDE de la bruja de información, la sabiduría y el poder son la diferentes aspectos de la naturaleza y el sistema natural: las luminarias en el cielo arriba, el mundo vegetal, el mundo mineral. Usando la generosidad de la naturaleza en un La práctica espiritual personal ofrece la recompensa del conocimiento y la comprensión. adquirido a través de la experiencia. Este capítulo analiza cómo usa la bruja verde Los diversos elementos de la naturaleza, incluyendo el sol y la luna, los árboles, las piedras, flores y hierbas.

Una bruja verde interactúa con la naturaleza misma para recibir el beneficio completo de su enseñanzas Leer sobre la naturaleza, mirar documentales de televisión y escuchar conferencias puede ser una excelente forma de adquirir conocimiento, pero La experiencia de primera mano de la naturaleza es siempre la mejor maestra. Sin embargo nada viene gratis Siempre hay un intercambio de energía. Que intercambias por esta sabiduría que extraes de la naturaleza? Tu dedicación a tu trabajo. Su disposición a trabajar para sanar la tierra y sus criaturas, incluyendo humanidad, y para restaurar la armonía entre ellos. Tu disposición a pasar tu conocimiento a los demás.

El sol, la luna y las estrellas

El sol, la luna y las estrellas han sido buscados durante mucho tiempo por poder y ayuda. Wicca, una de las formas más frecuentes de culto a la naturaleza moderna, lugares Gran énfasis en trabajar con las fases y la energía de la luna. los bruja verde sabe que mientras las semillas se pueden sembrar de acuerdo con las fases lunares y que brotan y se nutren en la oscuridad, también crecen y prosperan gracias al calor y la energía del sol.

El sol permite que la vida prospere en este planeta. Proporciona calor y luz y te nutre en un nivel muy básico. Dependes del sol para tu vida. Muy a menudo, sin embargo, damos por sentado el sol o notamos su existencia solo en conexión con el clima. Sin embargo, la bruja verde que vive en una zona urbana.

la configuración siempre se puede conectar con el sol, incluso si no hay un trozo de verde espacio alrededor.

En la tradición oculta occidental, el sol generalmente está asociado con el poder, éxito, prosperidad, salud, alegría, familia, creatividad, crecimiento y expansión. La energía solar cambia a lo largo del día. La energía de la madrugada el sol, por ejemplo, no es lo mismo que la energía del mediodía, ni de la tarde tarde. El amanecer y el ocaso tienen energías completamente diferentes. En general, el cuatro puntos solares clave (amanecer, mediodía, atardecer y medianoche) corresponden a la etapas de la vida como se ve en las cuatro estaciones: nacimiento, madurez, vejez y muerte. Sin embargo, no permita que esto le impida trabajar con el sol todo el día. Hay otros factores que puede tener en cuenta y su propio instinto. es más inmediatamente pertinente a su propio trabajo que las asociaciones tradicionales. Si se siente atraído por el uso de la energía solar al atardecer para lanzar un nuevo proyecto, entonces por supuesto hazlo!

La energía solar también puede verse afectada por la ubicación del sol en la órbita de la tierra. A medida que la tierra se mueve, doce constelaciones diferentes de estrellas pasan sobre ti, y el sol parece moverse a través de ellos. Dependiendo de qué constelación es más alto en un momento dado, se dice que el sol está "en" esa constelación. por Por ejemplo, el sol se mueve hacia la constelación de Cáncer, el Cangrejo, en el solsticio de verano. Estas constelaciones, por supuesto, conforman nuestra astrología zodiaco, que es un método de adivinación que utiliza la posición de las estrellas y luminarias para determinar información oculta e influencias. Cuando el sol es "En" cada constelación, se dice que la energía asociada de esa constelación agrega un giro ligeramente diferente a la energía solar básica.

Z odiac E NERGÍA C ORRESPONDENCES

- **Aries, el carnero:** acción, nuevos comienzos
- **Tauro, el toro:** manifestación, cosas materiales, comodidad física.
- **Géminis, los gemelos:** comunicación, trabajo intelectual.
- **Cáncer, el cangrejo: la** familia, la crianza, el hogar.
- **Leo, el león:** éxito, lujo, liderazgo.
- **Virgo, la Virgen:** practicidad, organización.
- **Libra, las escalas:** sociedad, gente
- **Escorpio, el Escorpión:** pasión, justicia.
- **Sagitario, el arquero centauro:** estudio, exploración
- **Capricornio, la cabra:** negocio, fundación
- **Acuario, el portador del agua:** invención, innovación.
- **Piscis, el pez:** espiritualidad, misticismo.

En diferentes épocas del año, las influencias estelares agregan una pizca de sabor a energía solar. Cada período del zodiaco dura aproximadamente treinta días, y

el sol transita hacia la próxima constelación en o alrededor del veintiuno de cada mes. Apropiadamente, en astrología, estos se llaman signos solares. (La luna también parece pasar por estas constelaciones, gastando aproximadamente un día y medio en cada uno, y la energía lunar se ve afectada de manera similar

por la energía estelar. En este caso, se llaman signos lunares).

M EUNIÓN LA S ONU

La forma más básica de experimentar la energía del sol es salir y pararse o sentarse en el Dom. Ten cuidado, sin embargo. No mire directamente al sol y asegúrese de protegerse de quemaduras solares al usar ropa protectora y / o protector solar de un FPS adecuadamente alto.

- **Para recibir energía solar, acomódese cómodamente en un lugar soleado y cierre los ojos.**
- **Visualice una fina niebla verde que se eleva del suelo y de todas las cosas que crecen alrededor tú.**
- **Tome tres respiraciones lentas y profundas. Cada vez que inhales, visualiza esa niebla de verde verdoso energía que fluye hacia los pulmones y se extiende por todo el cuerpo, trayendo consigo la sensación de confort y relajación, de unidad con su entorno. Mientras exhalas, suelta cualquier tensión, estrés o preocupación que pueda estar sintiendo.**
- **Abra su conciencia al calor de la luz del sol. Solo recíbelo, déjalo entrar. Absorbe lo que sea energía que te ofrece. ¿Cómo se siente físicamente? Emocionalmente? Espiritualmente? Hace el la luz del sol tiene un mensaje para ti?**
- **Tómese el tiempo que desee para comunicarse con el sol y su energía. Cuando termines, Respira profundamente tres veces y abre los ojos. Asegúrese de estirar y sacudir su brazos y piernas antes de pararse o moverse repentinamente.**

En tu diario de brujas verdes, escribe un resumen de tu experiencia. ¿Cómo se sintió al tocar la energia del sol? ¿Aprendiste algo de la experiencia? Escribe tu pensamientos y preguntas, cualquier visión que haya tenido y cualquier comprensión repentina puede que hayas venido a

Para obtener más información sobre la energía del sol y cómo cambia, aquí hay ejercicios para Explorando y sintonizando con la energía solar:

- **Durante un día, haga una pausa de al menos cinco minutos al amanecer, al mediodía, al atardecer y a la medianoche para observar El movimiento y el sentimiento de la energía donde vives. Escribe tus observaciones y experiencias en tu diario de brujas verdes y compara las diferentes energías de la llave solar puntos del día**
- **Durante un día, medita en cada hora solar clave. Ábrete a la energía del sol y sientela lo más directamente posible Ten en cuenta lo que sucede. Tome notas en su diario después de cada meditación. Espere un día, luego compare cómo se sintió o la información que recibió después cada meditación**
- **Durante un día, realice el mismo ritual básico en cada hora solar clave. Escribe tu Experiencias y sentimientos después de cada ritual. Espera un día y compara similitudes y diferencias en los cuatro rituales.**
- **Para una exploración más profunda, haga los mismos ejercicios una vez durante cada temporada. ¿Cómo funciona el sol? cambio de energía en el ciclo de un día? ¿Durante el año?**

LA LUNA

La luna generalmente se asocia con prácticas ocultas y más misteriosas. de brujería Los misterios lunares tienen su lugar en la vida de la bruja verde,Quién sabe que la vida ordinaria es un misterio sagrado. Tradicionalmente, el La energía de la luna está asociada con el poder femenino, los sueños, la capacidad psíquica, misterio y conocimiento oculto, viajes, niños, espiritualidad, misticismo, el mares y océanos, y transformación.Las fases de la luna son importantes en la práctica agrícola. Siembra y la cosecha se realizó una vez de acuerdo con las fases de la luna, y (dependiendo del individuo) a veces todavía lo son. Científicamente, esto puede tener algo que ver con la probada influencia de la luna en el agua y otros fluidos Las plantas están compuestas de una gran cantidad de agua, lo que implica que su ciclo de vida se vería afectado por las fases de la luna.

Page 71

Estas reglas básicas pueden aplicarse a la jardinería durante las fases de la

Luna. En general, planta cosas cuya fuerza se encuentre sobre el suelo mientras que la luna está creciendo y aquellos cuya fuerza yace bajo tierra mientras la luna está menguando

- **Nuevo en el primer trimestre:** planta plantas anuales y hierbas.
- **Primer trimestre a completo:** plantas anuales de floración, vegetales sobre el suelo y fruta y vides
- **Completo hasta el tercer trimestre:** plantas perennes, tubérculos y bulbos
- **Tercer cuarto a oscuro:** desmalezar, mantener, cultivar y combatir plagas y enfermedad

Si prestas atención a las fases de la luna, también puedes determinar buenos momentos para realizar acciones tanto espirituales como seculares en su jardín. los Las siguientes fases corresponden a las fases del ciclo de vida de una planta:

- **Luna nueva:** semillas
- **Luna creciente:** brotes y brotes
- **Luna creciente:** crecimiento y floración.
- **Luna llena:** fruta
- **Luna menguante:** cosecha
- **Luna oscura:** cortando una planta muerta para prepararse para un nuevo crecimiento

La luna parece moverse a través de las constelaciones tal como lo hace el sol, y también se dice que los signos lunares tienen un efecto en el trabajo que haces en tu jardín. Algunos signos son más favorables para ciertos tipos de trabajo que otros. La luna parece pasar por las doce constelaciones en aproximadamente veintiocho días y pasa un día y medio o tres días en cada signo:

- **Planta:** luna en Cáncer, Escorpio y Piscis.
- **Cosecha:** luna en Aries, Géminis y Leo
- **Cultivar:** luna en Virgo, Sagitario y Capricornio

Cualquier bruja verde interesada en cómo el mundo vegetal responde a la luna El ciclo debe tener a mano el almanaque de un agricultor.

M EUNIÓN LA M OON

Para explorar la energía de la luna, haga los ejercicios para encontrarse con el sol, pero de noche. Hacer notas de tus experiencias. Pruebe estas variaciones en el ejercicio para explorar más a fondo la luna energía y profundiza tu sintonización.

Realice este ejercicio a la misma hora de la noche, cuatro veces durante un ciclo lunar: durante la fase de depilación, en la luna llena, durante la fase de disminución y en la luna oscura. Tome nota de sus sentimientos y experiencias en su diario. ¿Cómo funciona la energía lunar? cambiar durante el ciclo?

Realice este ejercicio en la luna llena durante las trece lunas del año calendario. Cómo ¿Cambia la energía lunar a medida que cambian las estaciones?

Trabajando con energía verde

Una gran parte del camino de la bruja verde consiste en utilizar las energías naturales. contenido dentro de plantas y árboles para alcanzar un objetivo determinado, ya sea medicinal o

mágico. Los que siguen un camino vinculado a la magia natural han sabido por mucho tiempo que podemos tejer estas energías en nuestra vida cotidiana para armonizar nosotros mismos u otros con el flujo de energía del mundo que nos rodea.

Entrenarse para trabajar con estas energías requiere más que memorizar Una lista de correspondencias. Como siempre, la experiencia práctica es la mejor manera de aprende cómo trabajas de manera más efectiva. Interactuando con una planta mientras aún está crecer e interactuar con sus energías después de haber sido cosechado dará tiene una buena idea de para qué se puede usar esta planta y para qué aplicaciones La energía es la más adecuada. Libros sobre hierbas, plantas con flores, interiores y exteriores. las plantas y los árboles pueden ser útiles como referencias y guías generales, pero, en última instancia, sus lecturas de energía y su instinto determinarán cómo puede utiliza mejor las energías del mundo natural. (Tenga en cuenta que me estoy refiriendo a La aplicación mágica de estos artículos, no las aplicaciones medicinales. Convertirse competente en medicina herbaria, debe tomar cursos acreditados en medicina herbalismo, y / o trabajar responsablemente con un libro confiable).

Lo primero que necesita es al menos un buen manual sobre la flora nativa Donde vives. Este no es un libro sobre las aplicaciones mágicas o medicinales, sino simplemente una guía para identificar las plantas y los árboles.

Antes de comenzar a trabajar con plantas, debe conocer las reglas básicas de Wildcrafting. Wildcrafting es la recolección de materia vegetal de la naturaleza, como en oposición a la cosecha de plantas cultivadas. ¿Por qué wildcraft? Porque hay Algunas plantas no se pueden cultivar en un jardín. Desafían la mano del cultivador. En Además, pocas brujas verdes pueden hoy plantar cada hierba, árbol,

flor o arbusto que desean usar en su práctica. Las reglas básicas para ética wildcrafting son los siguientes:

- **Nunca coseche todo.** De hecho, ni siquiera coseche la mitad. UNA buena regla es cosechar solo una cuarta parte de lo que ves, siempre que haya abundante y está creciendo abundantemente, y solo si absolutamente necesito. Es mejor regresar por más material fresco que quedarse atascado con una enorme pila de hierba seca que cosechaste "por si acaso". Vas a probablemente tirarlo. No lo desperdicies.
- **Recuerde que cosechar materia de plantas silvestres puede conducir fácilmente a invadir la tierra de otra persona.** Busca señales. En caso de duda, pedir.
- **Recoger plantas protegidas es ilegal.** Procura familiarizarte usted mismo con las leyes locales sobre la cosecha de flora silvestre. Descubre lo que el Las especies protegidas de su área son y ayudan a protegerlas.
- **Piensa claramente en todo momento.** Si viajas para cosechar plantas silvestres, investiga la región específica a la que viaja. Conoce los caminos y caminos, el peligros y zonas seguras. Haga un itinerario y sígalo. Si tu eres ir a un bosque o a una tierra desconocida, decirle a alguien dónde van y les dan una copia de su itinerario. Llevar un teléfono para llamar para ayuda si es necesario. Lleve un registro del tiempo. Trae una brújula. Usar resistente zapatos para caminar y ropa adecuada. Lleve bocadillos nutritivos y mucha agua.

Cuando sepa qué plantas son nativas de su área, puede participar mejor en wildcrafting y explora más a fondo tu conexión con las energías naturales

Donde vives

En las siguientes secciones encontrará un conjunto de correspondencias comunes para
Diversas energías naturales. Elegí clasificar la materia vegetal como árboles, flores,
y hierbas Al final del capítulo también hay una referencia para las piedras, como
Estos también son de la tierra.

IMPORTANTE: aunque ocasionalmente incluyo la tradición herbal medicinal tradicional como información adicional, si está interesado en usar hierbas como medicina o terapéutica Suplementos, debe consultar una guía medicinal confiable. *El libro de hierbas de* John Lust y los *remedios herbales de* Christopher Hobbs *para tontos* son buenos recursos.

La magia de los arboles

Los árboles son los pilares de nuestro mundo. Anclan nuestro terreno y parecen resistir
por el cielo Forman la columna vertebral de la práctica de la bruja verde. Mientras nosotros
tendemos a centrarnos en las hierbas, también trabajamos con madera, a menudo cuando algo más

Se requiere físicamente estable o permanente. El bastón y el ciervo de la bruja verde,
por ejemplo, están hechas de madera, como es la herramienta de bruja más tradicional, la
varita mágica. Los palos y las ramitas forman la base de muchos amuletos protectores, al igual que
rondas cortadas de la sección transversal de las ramas e inscritas con símbolos.
Los árboles también tienen muchos usos prácticos, como el apoyo a las plantas y servir como
Cercas naturales. La madera también se usa para construir casas y muebles.

Los siguientes son dieciséis árboles de uso para la bruja verde, más algunos asociados
ciencia. Estos árboles crecen en varias áreas de América del Norte. Las partes de los árboles
Se utiliza corteza, hojas y madera interior.

ABEDUL (*BETULA SPP.*)

La escoba de bruja tradicional está hecha de ramas de abedul. Mágicamente, el abedul es
asociado con la limpieza, protección y purificación. También está asociado
con niños; las cunas a menudo estaban hechas de madera de abedul.

ROBLE (*QUERCUS ROBUR*)

El roble es uno de esos bosques tradicionales que están firmemente arraigados en
folklore; está mágicamente asociado con defensa, trueno, fuerza, coraje,
curación, longevidad, protección y buena fortuna. Porque la madera es muy
fuerte y duradero y posee cierta reputación de indestructibilidad, roble
Se ha utilizado en la construcción de viviendas y en la construcción naval. La corteza está acostumbrada a
cuero bronceado y como tinte. Las bellotas, el fruto del roble, son símbolos de
Fertilidad. Cuando se encuentra creciendo en robles, se considera que el muérdago es
particularmente potente por los druidas e importante en su trabajo mágico.

ARCE (*ACER SPP.*)

El arce es otro árbol popular utilizado para gabinetes y artesanos. También es un
fuente de tinte y azúcar de arce. Mágicamente, el arce se usa para el amor, la prosperidad,
vida y salud, y abundancia general.

PINO (*PINUS SPP.*)

Comúnmente utilizado en edificación y construcción, el pino es uno de los más Árboles ampliamente encontrados en América del Norte. Su resina se utiliza para la creación de trementina y jabones, y la producción de colofonia. Ámbar, uno de los más gemas queridas para joyas mágicas, es la savia de pino fosilizada. Aceite de pino, otro producto del pino, se agrega comúnmente a los productos de limpieza del hogar, prueba de que el aroma está asociado con un sentido de purificación. Mágicamente, pino

se usa para limpieza y purificación, curación, claridad mental, prosperidad y protección del mal.

CEDRO (*THUJA OCCIDENTALIS — BLANCO CEDRO; CUOTESSUS NOOTKATENSIS CEDRO AMARILLO; JUNIPERUS VIRGINIANA — CEDRO ROJO*)

Otra madera preciosa que muchas culturas reconocen como mágica y poderoso, el cedro ha sido conocido a lo largo de los siglos por su protección cualidades, así como su capacidad para repeler insectos y plagas. Con sus aromáticos aroma, cedro a menudo se daba como una ofrenda. Cedro amarillo, encontrado en el norte América, crece en una forma aproximadamente cónica y a menudo se usa en setos. los otro tipo de cedro que se encuentra en América del Norte es el cedro rojo (*Juniperus virginiana*). Mágicamente, el cedro está asociado con la curación, la espiritualidad, purificación, protección, prosperidad y armonía.

ROWAN (*PYRUS AUCUPARIA, SORBUS AUCUPARIA*)

Rowan también es conocido como quicken, hornbeam, witchwood y mountain ash (aunque técnicamente no es una verdadera ceniza, se llama así debido a la similitud de las hojas). Las bayas de serbal se han utilizado en la elaboración de la cerveza y la corteza ha sido utilizado para broncearse y como tinte. Curiosamente, se dice que el serbal es uno de los favoritos de brujas y hadas o anatema para ellos. Las asociaciones mágicas incluyen mejorando los poderes psíquicos, la adivinación, la curación, la protección contra el mal, la paz, creatividad, éxito, cambio y transformación.

ÁLAMO (*POPULUS SPP.*)

También conocido como álamo temblón, las asociaciones mágicas del álamo incluyen la prosperidad, comunicación, exorcismo y purificación.

CENIZA (*EXCELSIOR DE FRAXINUS*)

El fresno es uno de los árboles considerados por algunas culturas europeas como el Árbol del mundo Mágicamente, la ceniza se asocia con agua, fuerza, intelecto, fuerza de voluntad, protección, justicia, equilibrio y armonía, habilidad, viajes, clima y sabiduría.

WILLOW (*SALIX ALBA*)

El sauce blanco, también conocido como el sauce llorón, tiene una larga flexibilidad ramas que se tejen en lo que conocemos como trabajo de mimbre. Largo asociado con la luna, el sauce tiene una gran afinidad por el agua y a menudo se encuentra creciendo cerca de él. En el folklore, el sauce está asociado con la Diosa y Ciclos femeninos. Gracias a la capacidad de los recortes para recuperarse fácil y rápidamente del trauma, el sauce también se asocia con crecimiento y renovación. Mágico Las asociaciones de sauce incluyen amor, tranquilidad, armonía, protección y curación.

HAZEL DE *BRUJAS* (*HAMAMELIS VIRGINIANA*)

También conocido como avellana cortante, por la apertura espontánea de su vainas, hamamelis se ha utilizado durante mucho tiempo como cataplasma para contusiones y hinchazones Los extractos de hamamelis se usan por sus propiedades astringentes. Las asociaciones mágicas incluyen protección, curación y paz.

HEBILLA (*LONICERA CAPRIFOLIUM, LONICERA PERICLYMENUM*)

También conocida como woodbine o hedge-tree, la madreselva está asociada con estados liminales o transitorios. El aroma de las flores de madreselva es más fuerte en la noche. Las asociaciones mágicas incluyen conciencia psíquica, armonía, curación, prosperidad y felicidad.

MANZANA (*PYRUS MALUS*)

Los manzanos se encuentran en todo el hemisferio norte. Su generalizado disponibilidad y abundancia fértil recuerdan su asociación con la vida, longevidad y fertilidad. La fruta se usa para cocinar, hornear y elaborar cerveza. El folklore asocia la manzana con el más allá, las hadas, la creatividad y el otro mundo. Mágicamente, las manzanas y los manzanos están asociados con el amor, curación, armonía y longevidad.

ANCIANO (*SAMBUCUS CANADENSIS, SAMBUCUS NIGRA*)

Elder también es conocido como witchwood. Se dice que la mala suerte caerá sobre cualquiera que no le pida permiso al árbol tres veces antes de cosechar cualquier parte de ella El folklore asocia al anciano con el aspecto de la anciana Diosa y con brujas, y por lo tanto, la madera de saúco rara vez se usa para hacer

muebles o como leña por temor a incurrir en su ira. Medicinalmente, anciano la corteza se usa como diurético, purgante y emético. Las bayas se usan como laxantes y diuréticos y también inducen la transpiración, y las hojas se usan como Un emoliente externo para la piel irritada, esguinces y contusiones. Una infusión de las flores de saúco tomadas como té estimulan al cuerpo a transpirar, lo que ayuda a cuerpo para trabajar a través de un resfriado o enfermedad, y también ayuda a aflojar el pecho y los senos congestión. El agua de flor de saúco es una excelente aplicación tópica para piel irritada, incluidos problemas como quemaduras solares y acné, así como un colirio. Mágicamente, la madera de saúco está asociada con la protección (especialmente contra ser alcanzado por un rayo), prosperidad y curación.

YEW (*TAXUS BACCATA*)

El tejo es venenoso, lo que puede ser una de las razones por las que está tan cerca asociado con la muerte. Es un árbol europeo que figura en gran medida en la tradición de brujería y magia natural. El tejo produce una madera muy dura y fue utilizado donde la construcción requería una estructura inflexible e inflexible. Mágicamente, está asociado con los espíritus y el otro mundo.

ESPINO (*CRATAEGUS OXYACANTHA*)

También conocido como may tree, mayflower, thorn, whitethorn y haw, the El arbusto de espino a menudo se usaba como marcador de límite. De hecho, "haw" es un viejo palabra para cobertura. El espino es un árbol mágico. Si crece junto con un roble y fresno, se dice que se puede ver al hada entre los árboles. Incluso donde crece solo, el espino se considera un favorito de hadas. Como el roble El espino produce madera dura y mucho calor cuando se quema. Mágico las asociaciones incluyen fertilidad, armonía, felicidad, el otro mundo y proteccion.

HAZEL (*CORYLUS AVELLANA*)

El avellano se ha asociado durante mucho tiempo en el folklore europeo con la sabiduría. Los dioses y las figuras mitológicas asociadas con el avellano incluyen Thor, Brigid, y Apolo Las nueces y las ramas se usan para la magia, y el avellano es asociado con la suerte, la fertilidad, la protección y la concesión de deseos.

T REE Un TTUNEMENT E JERCICIO

Antes de comenzar, actualice su memoria al detectar técnicas de energía en Capítulo 3 .

1. **Elige un árbol. Párate al lado. Mantenga una mano a aproximadamente 1 pulgada de la corteza. Extiende tu conciencia y sentir la energía del árbol. Una vez que haya terminado este ejercicio, tome notas en**

78 de 1189.

tu diario

2. **Con el mismo árbol, toca la corteza. Explora cómo se siente el árbol en tus manos. Doblar cerca y oler el árbol Cierra los ojos y escucha los sonidos que hace el árbol en respuesta al ambiente. Mire de cerca el árbol y vea las diferentes texturas, colores y marcas. Si tiene fruta y sabes que es segura, pruébala. Tome notas en su diario.**
3. **Realice estos ejercicios con diferentes tipos de árboles. Compara y contrasta tu experiencias.**

4. **Haz estos ejercicios con diferentes árboles del mismo género. ¿Cuáles son las similitudes entre ¿los árboles? ¿Cuáles son las diferencias?**

RECOGIDA Y USO DE MADERA

Algunas personas tienen dificultades con la idea de cortar madera viva de un árbol o arbusto porque no saben cómo hacerlo correctamente. Cuando usas madera fresca, capturas mucha vida y energía, que puede ser exactamente lo que que estás buscando en tu trabajo ritual o cualquier práctica que involucre esto madera. La caída es madera que el árbol ha descartado por no ser útil. Esto puede no sea el tipo de energía viva y vibrante que estás buscando. Depende de Su visión personal de trabajar con el mundo de la naturaleza. Si cortas fresco madera, es probable que tenga que dejarla secar, ya que la savia y los jugos pueden engullir su sierra y papel de lija.

Entonces, ¿por qué usar madera fresca? La respuesta es simple: tu intención mágica es implementado tan pronto como elija el árbol del que va a cortar alguna madera. Al seleccionar el árbol, está presentando su solicitud al energía del árbol mismo. A medida que cortas, te enfocas en tu objetivo. Desde el primer movimiento, lo estás potenciando junto con el árbol, si tiene acordó donar su madera a su causa.

¿Cómo le pides ayuda al árbol? Pon tus manos en el árbol y presente tu intención, hablando en voz alta o en tu mente. Piensa bien por qué necesitas la madera, exactamente cómo se usará y para qué objetivo. Todos estos pensamientos y sentimientos fluirán a través de su energía hacia la energía del árbol. Entonces espera. Los árboles a menudo necesitan un poco de tiempo para absorber su solicitud, ya que funcionan a un ritmo diferente al que hacemos nosotros. A veces el árbol aceptará tu solicite de inmediato, aunque en otras ocasiones, es posible que no tenga una idea inmediata de aceptación o negación En ese caso, agradezca al árbol por su tiempo y dígale Volveremos en uno o dos días. Cuando regreses, coloca tus manos sobre el árbol de nuevo y llegar con su energía. Reafirma tu necesidad y espera un responder. A veces todo lo que el árbol necesita es tiempo.

El árbol no te dirá en palabras, por supuesto, si está bien cortarlo ramas En cambio, obtendrá una sensación de paz o acuerdo. O alternativamente, puede tener una idea de que tal vez no sea una buena idea. En ese caso, gracias el árbol nuevamente por su tiempo y consideración, deséelo bien y encuentre otro árbol preguntar.

Página 79

Aproveche las energías de las flores

Las flores son las partes bonitas de las plantas que llevan valiosas y esenciales Información reproductiva. Técnicamente, constituyen parte de una hierba, arbusto, o árbol, pero están separados aquí porque a menudo pensamos en la flor como el aspecto identificativo de una planta. Además, en la magia natural, la flor en sí es a menudo La parte utilizada.

Las flores se pueden secar enteras para usarlas en coronas o arreglos o prensado y usado en un collage mágico o en popurrí. Cuando se seca, las flores también puede desmenuzarse y usarse en mezclas de hierbas para cosas como tés, bolsitas y espolvorear polvos.

La flor de una planta lleva un paquete ordenado de energía, porque es la sexual.

órgano de la planta, cómo se reproduce la planta. ¿Las flores secas llevan un
energía diferente que las flores frescas? Sí y no; la energía intrínseca
permanece, pero su expresión es diferente. Para ciertos rituales o amuletos puedes
desea la vitalidad de las flores frescas, mientras que para otros encantos, como las bolsitas
o polvos, es posible que prefiera flores secas, que tienden a exhibir un crecimiento más lento,
Energía de mayor duración.

Aquí hay diecinueve flores que se encuentran comúnmente en el jardín de una bruja verde.
También se usan por arte de magia.

CARNACIÓN (*DIANTHUS SPP* .)

También conocido como gillyflower, el clavel tiene una maravillosa energía curativa.
y es un excelente regalo para los enfermos. Los claveles se usan mágicamente para
protección, fuerza, energía, suerte y curación.

Narciso (*Narciso SPP* .)

También conocido como narciso y asphodel, el narciso es una flor excelente.
para usar en amuletos por amor y amuletos por fertilidad. Mágicamente, el narciso es
asociado con suerte, fertilidad y amor.

MARGARITA (*CRISANTEMO LEUCANTEMO*)

También conocida como margarita de campo y el ojo del día, la margarita es comúnmente
asociado con el amor y el coqueteo. Todos hemos arrancado los pétalos de un
Margarita: "Él me ama, no me ama". Mágicamente, la margarita está asociada
con amor, esperanza e inocencia. Usa la margarita en la magia asociada con
niños también.

GARDENIA (*GARDENIA SPP* .)

Gardenia es una flor excelente que atrae energía tranquila a un lugar o
individual. Agregar pétalos de gardenia a una bolsita curativa o usarlos en un
El ritual de curación incorpora esta energía tranquila y ayuda al movimiento de curación a un
ritmo controlado Gardenia también se usa comúnmente en hechizos de amor y hechizos.
Mágicamente, la gardenia está asociada con la armonía, la curación, el amor y la paz.

GERANIO (*PELARGONIO SPP.*)

Cultivados en interiores o exteriores, los geranios llevan una fuerte energía protectora y
extienda esta energía a través del área a su alrededor. Los geranios rojos tienen
Tradicionalmente se ha asociado con la protección. El geranio rosa se usa en el amor
hechizos Mágicamente, los geranios están asociados con la fertilidad, el amor, la curación,
coraje y protección.

HYACINTH (*MUSCARI RACEMOSUM, HYACINTHUS NO SCRIPTUS*)

Tanto la uva como los jacintos silvestres tienen un encantador aroma primaveral. los

jacinto perenne salvaje, también conocido como la campanilla azul, es más pequeño y más delicado que el jacinto de uva cultivado. Los jacintos florecen solo por un corto período de tiempo, pero en ese corto período produce una energía vibrante. Los jacintos se nombran para la juventud de la leyenda griega, amada de Apolo, cuya muerte accidental Apolo conmemorado creando la flor. Los jacintos son mágicamente asociado con el amor, la felicidad y la protección.

IRIS (*IRIS FLORENTINA*)

También conocido como banderas, el iris es una hermosa flor de primavera mágicamente utilizada para purificación y bendición así como sabiduría. Se dice que los tres pétalos simbolizan la fe, la sabiduría y el valor. La raíz se llama raíz de lirio, y cuando molido produce un polvo ligeramente dulce utilizado como un fijador de aroma en popurrí. El polvo de Orris también se usa para la paz, la armonía y el amor.

JASMINE (*JASMINUM SPP* .)

También conocido como jessamine, el jazmín posee un aroma embriagador pero delicado que Suele ser más fuerte por la noche. Debido a esto, a menudo se asocia con el Luna y energía femenina. Jazmín, que durante mucho tiempo se ha asociado con seducción y sensualidad, es el ingrediente más preciado de un perfumista. Mágicamente, jazmín está asociado con el amor, la meditación, la espiritualidad, la armonía y la prosperidad.

Página 81

LAVANDA (*LAVANDULA SPP* .)

Otro favorito perenne, la lavanda se usa con frecuencia en magia y aplicaciones no mágicas Gracias a su suave aroma, es una hierba ideal para usar en conjunción con la magia para niños, porque fomenta la relajación y el sueño. Mágicamente, la lavanda se asocia con paz, armonía, tranquilidad, amor, purificación y curación.

LILA (*JERINGA VULGARIS*)

El aroma dulce y salvaje de las lilas a fines de la primavera es una experiencia embriagadora. los Las flores de este arbusto son generalmente blancas o tonos de púrpura. Mágicamente, ellos Se utilizan para proteger y desterrar la energía negativa.

LILY (*LILIUM SPP.*)

La familia de las azucenas es muy numerosa. En general, los lirios están asociados con protección y eliminación de maleficios. Los lirios de día recuerdan el concepto de ciclos. En algunas culturas, los lirios están asociados con el concepto de muerte y la otra vida, apoyando la asociación con el renacimiento y los ciclos.

LIRIO DEL VALLE (*CONVALLARIA MAGALIS*)

Esta pequeña cascada de flores blancas o de color crema con forma de campana tiene un aroma delicado Mágicamente, mejora la concentración y la capacidad mental y es solía alentar la felicidad.

PENSAMIENTO (*VIOLA TRICOLOR*)

También conocido como el amor en la ociosidad y el salto de Johnny, el pensamiento es resistente, planta de aspecto alegre con flores multicolores relacionadas con la violeta. Eso florece durante todo el verano y viene en forma anual y perenne variedades Mágicamente, se usa para adivinación, comunicación, felicidad y amor.

AMAPOLA (*ROPAS* DE *PAPAVER*)

También conocida como amapola, la amapola roja es una flor brillante con un tallo verde peludo y hojas. Aunque la amapola roja (*Papaver rhoeas)* es un narcótico suave en grandes cantidades, es la especie *Papaver somniferum* de Amapolas tóxicas y fuente de opio. Las semillas de amapola se usan en

cocinar y hornear, y a veces se extrae aceite para usar en la cocina como bien. Mágicamente, la amapola se asocia con tranquilidad, fertilidad, prosperidad, amor, sueño e invisibilidad.

ROSA (*ROSA SPP* .)

En todas las culturas y a lo largo de la historia, la rosa es una de las más famosas. flores Su aroma es inconfundible. El folclore y la literatura han hecho que la rosa sinónimo de amor, aunque eso está lejos de ser la única asociación que lleva. Las rosas crean una atmósfera de belleza que fomenta la cercanía con naturaleza. La rosa es una flor muy femenina y es comestible si no se rocía y preparado correctamente (vea el Capítulo 9 para recetas con rosas y otras flores). La flor real tiene un aroma suave; es lamentable que artificialmente perfumado Los productos de rosa son pesados y demasiado dulces. Mágicamente, la rosa está asociada con curación, adivinación, tranquilidad, armonía, habilidad psíquica, espiritualidad y proteccion.

SNAPDRAGON (*MAJUS ANTIRRINO*)

Los dragones dragones tienen una energía inocente encantadora. Mágicamente, se usan para protección, particularmente contra la ilusión o el engaño, o para reflejar negativamente energía a su fuente. Planta dragones a lo largo del perímetro de tu jardín para protegerlo.

GIRASOL (*HELIANTHUS SPP* .)

También conocido como caléndula peruana, el girasol está, por supuesto, asociado con el sol y su energía, lo que significa que lleva asociaciones mágicas de felicidad, éxito y salud. El girasol también está asociado con bienvenida y familia. Las abundantes semillas de la planta llevan la magia asociaciones de fertilidad. Los girasoles son excelentes en un ritual de celebración o durante un ritual de solsticio de verano. Germinar las semillas y luego plantarlas para Aumenta la energía de la abundancia en tu jardín en general. (Asegúrate de que elija semillas específicas destinadas a plantar en lugar de plantar semillas al azar, así que ¡Sabrás qué tamaño de girasol esperar!)

TULIPÁN (*TULIPA SPP.*)

El cáliz o la forma de copa del tulipán hacen que esta flor sea ideal para prosperidad y abundancia mágica. El tulipán también está asociado con la protección, amor y felicidad.

VIOLETA (*VIOLA ODORATA*)

También conocida como dulce violeta, la violeta es una flor delicada utilizada para la paz, esperanza, armonía, protección, suerte, amor, sueño y tranquilidad. Use violeta en encantos y bolsitas diseñados para mantener la tranquilidad y fomentar la paz, particularmente entre las personas. Combina la violeta con la lavanda para obtener un producto herbal para niños. almohada para ayudar a dormir y calmar las pesadillas. La violeta también tiene aspectos de fertilidad. y abundancia, que se reflejan en la facilidad con que se propaga la planta.

Potentes hierbas y verdes

En general, una planta conocida como hierba posee algún tipo de medicamento, valor culinario o mágico. Los botánicos y jardineros a veces diferencian hierbas de otras plantas por el tallo: si la planta tiene un tallo "leñoso" arriba en el suelo, no es una hierba sino un árbol o un arbusto. De acuerdo con esta definición, la menta es una hierba, pero el romero no.

En el mundo mágico y espiritual, sin embargo, el término "hierba" se utiliza como Catchall para los trozos de árboles, flores, especias y todo tipo de plantas. Hierbas así formar una gran parte de la práctica de la bruja verde. Siguiendo las hierbas, podrás encuentra algunos greens varios que también son útiles (aunque a menudo pasado por alto).

La siguiente lista comprende algunas hierbas aromáticas y culinarias.

Pimienta de *Jamaica* (*PIMENTA OFICINALIS*)

También conocida como pimiento o pimienta de Jamaica, la baya de pimienta de Jamaica seca es un Grapa común en el estante de la cocina. Llamado "pimienta de Jamaica" porque incorpora sabores como el clavo, la canela y la pimienta, es común aromatizante para galletas de especias. El aroma dulce pero picante se libera cuando el la baya seca se tritura. Las bayas de pimienta de Jamaica son maravillosas adiciones a la prosperidad se mezcla y cualquier magia enfocada en aumentar la energía, el amor, la curación, y suerte

ANGELICA (*ANGELICA ARCHANGELICA*)

También conocida como arcángel o hierba de ángel, esta planta fragante ha sido utilizada a lo largo de los siglos para mejorar la digestión, aromatizar vinos y licores, y hacer dulces. Mágicamente, es particularmente poderoso cuando se usa para protección y purificación.

Albahaca (*OCIMUM BASILICUM*)

También conocida como albahaca dulce y hierba de San José, la albahaca se encuentra comúnmente en bastidores de especias y en huertos en toda Europa y América. Es extremadamente versátil en las artes culinarias y es un excelente mágico para todo uso hierba también. La albahaca se usa para la prosperidad, el éxito, la paz, la protección, felicidad, purificación, tranquilidad y amor.

BAHÍA (*LAURUS NOBILIS*)

También conocido como bahía dulce y laurel dulce, la bahía se usó para coronar el vencedor de juegos en la antigua Grecia y Roma. Bay está mágicamente asociado con éxito, sabiduría y adivinación. Escribe un deseo en una hoja de laurel y quémalo, o duerme con él debajo de tu almohada para sueños que ofrecen algún tipo de guía en cuanto a cómo perseguir su objetivo. (Si quema la hoja de laurel, asegúrese de que su área está bien ventilado, ya que el humo puede ser levemente alucinógeno).

MANZANILLA (*CHAMAEMELUM NOBILE, MATRICARIA RECUTITA*)

También conocida como manzanilla, manzanilla (tanto la romana como la alemana variedades) es otra hierba popular mágica y medicinal versátil. Es excelente para aliviar problemas estomacales, dolores de cabeza y nervios y es un Hierba ideal para dar a los niños. Mágicamente, se usa para la prosperidad, la paz, curación, armonía y felicidad.

CALENDULA (*CALENDULA OFICINALIS*)

Aunque a veces se identifica como la caléndula, la caléndula no es la caléndula común (*Tagetes spp.*). La caléndula es comestible, mientras que el jardín. caléndula no lo es. La caléndula se ha utilizado con fines medicinales para tratar las irritaciones de la piel. como eczema, hematomas, cicatrices y rasguños. Mágicamente, se usa para felicidad, prosperidad, amor, poderes psíquicos y armonía.

CANELA (*CINNAMOMUM SPP* .)

La canela es una de las hierbas multipropósito imprescindibles en una bruja verde valores. Posee una gran cantidad de energía, y se puede agregar una pizca a cualquier cosa para acelerar el nivel de potencia. También es excelente para hechizos y hechizos. involucrando dinero. Mágicamente, la canela se asocia con el éxito, la acción, curación, protección, energía, amor, prosperidad y purificación.

CARAWAY (*CARUM CARVI*)

La semilla de la planta de alcaravea es excelente para proteger contra negatividad También es una buena hierba antirrobo, así que agregue un poco a las bolsitas del jardín. coloca al aire libre para evitar que pequeños intrusos animales mordisqueen sus plantas, así como en bolsitas protectoras o amuletos en su hogar. Asociaciones mágicas incluyen salud, habilidades mentales, protección, fidelidad y antirrobo.

CLAVE (*SYZYGIUM AROMATICUM*)

El pequeño brote seco de la planta de clavo se usa para cocinar, hornear y magia. Mágicamente, el clavo se asocia con protección, purificación, mental. habilidad y curación. Agregue tres dientes a una bolsita o amuleto para atarlo como protector y energía purificadora para mantener la acción del encanto pura y enfocada por más tiempo período de tiempo. Una bolsita de romero, angélica, salvia, tres dientes y una pizca de sal atado con hilo rojo o cinta es un buen sobre para todo uso para colgar encima de una puerta o en su automóvil para rechazar la negatividad y proteger el área.

COMFREY (*SYMPHYTUM OFFICINALE*)

También conocido como boneset o knitbone, la consuelda es conocida como una curación hierba. Mágicamente, está asociado con la salud, la curación, la protección durante el viaje, y prosperidad.

Eneldo (*sepulcros de anhelo*)

También conocido como dillweed, el eneldo viene en dos formas: semilla y hierba, que es las plumosas hojas secas de la planta. Cualquiera de los dos puede usarse en el trabajo de brujas verdes. El eneldo se usa mágicamente para la buena fortuna, tranquilidad, prosperidad, lujuria y proteccion.

JENGIBRE (*OFICIAL DE ZINGIBER*)

Silvestre o cultivada, la raíz de jengibre es una hierba ideal para agregar a rituales y hechizos. porque actúa como un refuerzo para el poder involucrado. Como la energía de canela, el calor del jengibre acelera la energía asociada con su trabajo. El jengibre también se puede usar para impulsar el amor, estimular las finanzas y aumentar el potencial de éxito en casi cualquier cosa. Medicinalmente es Se utiliza para combatir los resfriados, calmar el estómago y suprimir las náuseas.

MARJORAM (*ORIGANUM MAJORANA*)

También conocida como dulce de invierno, la mejorana es similar al orégano, pero más dulce y más suave La mejorana fue utilizada por los antiguos griegos para coronar recientemente

parejas casadas. Se usa para la felicidad, la protección, el amor y la alegría. particularmente en ambientes familiares. (Orégano [*Origanum vulgare*], un similar hierba, se usa para el amor, el coraje y la acción).

MENTA (*MENTHA SPP* .)

Hay una gran variedad de mentas verdes o de jardín, que son hierbas versátiles. para crecer en un jardín o en el alféizar de la cocina. Una infusión de las hojas ayudará a aliviar la mayoría de los dolores de cabeza, estimulará el apetito y ayudará a la digestión. Las asociaciones mágicas son prosperidad, alegría, fertilidad, purificación, amor y éxito.

MUGWORT (*ARTEMISIA VULGARIS*)

También conocido como artemisia y tabaco de marinero, la artemisa es otra hierba bruja ubicua. Se dice que una decocción de las hojas ayuda a abrir su mente antes de intentar la adivinación. Mágicamente, se asocia con profética sueños y adivinación, relajación y tranquilidad, protección, destierro y consagración.

Nuez moscada (fragancias de *myristica*)

Medicinalmente, la nuez moscada calma las náuseas y alivia los problemas digestivos (aunque puede ser tóxico en grandes dosis). Mágicamente, está asociado con habilidades psíquicas, felicidad, amor, dinero y salud.

PEREJIL (*CRISPUM DE PETROSELINIO*)

En la antigua Grecia, el perejil se usaba para fines tan variados como la aspersión. en cadáveres para neutralizar el olor a descomposición y hacer que las coronas de los vencedores celebrar el éxito Está mágicamente asociado con poder, fuerza, lujuria, purificación y prosperidad. Se pueden usar tanto las semillas como las hojas.

ROSEMARIO (*ROSMARINUS OFFICINALIS*)

Las aplicaciones prácticas de romero incluyen el uso como tónico para la piel aplicado externamente y como enjuague para agregar brillo al cabello oscuro y calmar el cuero cabelludo que pica. Una infusión tomada como té ayudará a aliviar el dolor de cabeza. Asociaciones mágicas incluyen protección, mejorar la memoria, la sabiduría, la salud y la curación.

SABIO (*SALVIA SPP.*)

La salvia es quizás la hierba más comúnmente utilizada para la purificación y proteccion. Una infusión tomada como un té ayudará a calmar el estómago agrio y a aliviar digestión y también puede ayudar a calmar la ansiedad. Las asociaciones mágicas incluyen purificación y protección, sabiduría, salud y larga vida.

VERBENA (*VERBENA OFFICINALIS, VERBENA SPP.*)

También conocido como verbena, hierba de hechicero, hierba de la gracia y van van, La verbena es una excelente hierba para todo uso. Medicinalmente, una infusión de verbena ayuda a calmar los dolores de cabeza, alivia el estrés y hace un té relajante antes de acostarse. Mágicamente versátil, la verbena se asocia con adivinación, protección, inspiración, abundancia, amor, paz, tranquilidad, curación, prosperidad, habilidad en

actuación artística y la reversión de la actividad negativa. Hacer un aceite de verbena infundiendo la planta fresca en un aceite de oliva ligero o aceite de semilla de uva para usar como Aceite estándar de bendición / protección. Agregue hojas de verbena desmenuzadas a cualquier bolsita para redondear las energías positivas que están uniendo. Es un excelente hierba de uso múltiple para agregar a cualquier bolsa de encanto o hechizo para alentar el éxito.

HILO (*ACHILLEA MILLEFOLIUM*)

También conocida como milfoil, milhojas, milenrama o sanguijuela, la milenrama es un hierba de jardín común cultivada por su atractivo follaje plateado. Las hojas y El tallo de milenrama, cosechado a fines del verano, se ha utilizado tradicionalmente como cataplasma para detener la sangre. Mágicamente, se usa para el coraje, la curación y el amor.

MUSGO

El musgo es un tipo de planta que es la primera en crecer en un área aparentemente árida. También es tenaz y sobrevive en los lugares más extraños donde no pensarías cualquier cosa podría crecer. Moss prefiere un ambiente húmedo y sombreado, y puede y crecerá en árboles, rocas, madera muerta y tierra, en cualquier lugar donde pueda haber pequeña grieta o espacio donde se pueden acumular partículas de tierra. Puede crecer sin lugar aparente para enraizar en absoluto, lo cual es posible porque el musgo técnicamente No tiene raíces. El musgo absorbe agua a través de sus hojas. Porque sobrevive con poco mantenimiento y en lugares improbables, el musgo es asociado con la perseverancia, la paciencia, el cuidado y la conexión a tierra. Porque es exuberante incluso en áreas aparentemente inhóspitas, también se asocia con serenidad y calma

HIERBAS

Los helechos son plantas etéreas encantadoras que van desde frágiles hasta notablemente robusto. Crecen en una variedad de climas y entornos, dependiendo de la género y especie. A menudo se asocian con invisibilidad, amor, castidad, protección del mal y desbloqueo de puertas.

CÉSPED

La hierba es tan común que la mayoría de las brujas verdes la pasan por alto. La hierba no se encuentra solo en nuestros céspedes; también se encuentra alto y saludando al costado del camino o creciendo a través de grietas en callejones o lotes baldíos. Al igual que el musgo, está asociado con serenidad. La hierba también tiene un humor peculiar: si quieres que crezca, resistirá, mientras que si intenta deshacerse de él, seguirá apareciendo. La hierba es un tramposo. También es altamente adaptable.

Usando piedras: los huesos de la tierra

Aunque por lo general no se les considera cosas en crecimiento como plantas y los árboles, las piedras a veces se denominan "los huesos de la tierra". Pequeña, no perecederos y convenientes, las piedras y los cristales constituyen una muy útil elemento de la práctica de la bruja verde. No pase por alto trabajar con gemas y

cristales simplemente porque no aparecen en su jardín trasero como normal granito y arcilla hacen.

Las piedras tienen múltiples usos en la magia verde. Pueden ser empoderados en propios y transportados o dejados en áreas específicas. También se pueden usar como joyas, agregadas a popurrí y mezclas de hierbas, en polvo y agregadas a inciensos, agregados enteros a los inciensos mientras maduran (pero quítelos antes se quema el incienso), se agrega a los aceites, se mete en plantas en macetas y se entierra. Las posibilidades son infinitas.

Aquí hay veinte piedras de utilidad para la bruja verde:

MOSS AGATE

La ágata de musgo se usa para curar, para calmar y para aliviar el estrés. Ágata de musgo parece hebras de musgo atrapadas en hielo o en un cristal translúcido y borroso. Como la mayoría de las piedras verdes, está asociado con la naturaleza.

ÁRBOL AGADO

La ágata de árbol es muy parecida a la ágata de musgo, excepto que en lugar de parecer hebras de verde atrapado en cristal translúcido, parece hebras de entrelazado verde a través de una piedra blanca opaca.

AMATISTA

La amatista es cuarzo morado y está asociada con el poder psíquico, la verdad, equilibrio, protección y curación.

VENTURINA

La aventurina es una piedra verde opaca con pequeñas manchas de oro. Es asociado con suerte, prosperidad y salud.

SANGUINARIA

Bloodstone es una piedra verde opaca con manchas rojas. Mágicamente, es asociado con la salud (especialmente de la sangre) y la protección.

CARNELIANO

La cornalina es una piedra lechosa de color naranja. Mágicamente, está asociado con el éxito. y manifestación.

CITRINO

El citrino es cuarzo amarillo y a menudo aparece como hielo amarillo o es amarillo y blanco. Se encuentra en puntos y como una piedra caída. Funciona para calmar pesadillas, ayuda a la digestión, enfoca la mente y mejora la creatividad.

HEMATITES

La hematita es una piedra opaca de color plateado (también puede aparecer en negro,

marrón y marrón rojizo). En la Edad Media, se llamaba una piedra de sangre,
así que si encuentras una referencia a una piedra de sangre, asegúrate de saber qué se hace referencia a la piedra. La hematita tiene hierro y está mágicamente asociada. con exceso de tierra o energía desequilibrada. También desvía la negatividad y es así asociado con defensa, curación y justicia.

JADE

Generalmente verde, esta piedra está asociada con la sabiduría, la prosperidad, la fertilidad, salud y protección.

JASPE

Encontrado en muchos colores, el jaspe es más comúnmente rojo. Es bueno para tierra y energía estabilizadora y para protección y coraje. Enterrar jaspers en las cuatro esquinas de tu jardín para profundizar su conexión con la tierra y asegurar su energía para un crecimiento y rendimiento más equilibrados.

LAPISLÁZULI

Una piedra azul profunda con manchas de oro, lapislázuli se asocia con liderazgo, comunicación, alivio del estrés, creatividad, alegría y armonía.

MALAQUITA

Una piedra de color verde oscuro con bandas o círculos de color verde más claro, la malaquita es asociado con la fertilidad y los misterios de la tierra. La malaquita es una piedra maravillosa. para que las brujas verdes trabajen, ya que ayuda a fortalecer su conexión con el mundo de la naturaleza Intenta llevar o usar un trozo de malaquita mientras comunicarse con el mundo verde, ya sea que esté caminando por un campo o cavando en su patio trasero. Vea cómo afecta su trabajo y su percepciones

PIEDRA DE LA LUNA

Una piedra blanca lechosa, a veces con matices de verde, melocotón o gris, la piedra lunar está mágicamente asociada con la protección durante el viaje, niños, amor y paz. También tiene una conexión con la Diosa.

CUARZO (CLARO)

Una piedra fácil de obtener, un cristal de cuarzo transparente parece hielo, a menudo con Pequeñas inclusiones (que no afectan la energía de la piedra en absoluto). Cristal de cuarzo amplifica la energía, almacena energía, mejora la capacidad psíquica y absorbe negatividad Se ha vuelto inmensamente popular y se puede encontrar en forma y en forma de punto (que es cómo crece) y a menudo se encuentra en joyería. El cristal de cuarzo es una excelente piedra de uso múltiple para trabajar.

CUARZO (ROSA)

Otra piedra común, el cuarzo rosa parece hielo rosa. Como otro cuarzo
cristales, el cuarzo rosa amplifica y almacena energía. El cuarzo rosa es específicamente
Se utiliza para aumentar la autoestima y fomentar el amor propio, para la curación emocional, para
fomentar el afecto y transformar la energía negativa en positiva, solidaria
energía.

CUARZO (HUMO)

El cuarzo ahumado es un cuarzo gris que se usa para conectar a tierra y para eliminar obstáculos. Eso
fortalece la intuición y ayuda a manifestar el pensamiento en acción, los objetivos en realidad.

OBSIDIANO DE COPO DE NIEVE

Una piedra negra opaca con manchas que parecen blancas o gris pálido.
copos de nieve, esta piedra se usa para protección. Obsidiana regular, que es todo
negro, también se usa para protección. Prefiero usar obsidiana copo de nieve en verde
trabajo de brujas, ya que me recuerda el invierno y la medianoche, dos partes importantes de
El ciclo natural de los días y las estaciones.

SODALITA

Una piedra azul oscura con vetas blancas o grises, la sodalita se usa para equilibrar
emociones y mejora de la sabiduría.

OJO DE TIGRE

Una piedra brillante, satinada, marrón con bandas de oro oscuro satinado, el tigre
ojo se usa para fuerza, coraje, suerte y prosperidad.

TURQUESA

Una piedra azul pálida con finas líneas negras o grises que la atraviesan, turquesa
Es una excelente piedra para niños, ya que protege y fortalece suavemente. También
Ayuda a enfocar la mente y la voluntad.

PIEDRAS LIMPIADORAS

Antes de usar una piedra, es importante limpiarla y purificarla. La limpieza es
una eliminación física de suciedad o escombros; solo lava la piedra en agua corriente y
frótelo con un paño o cepillo si es necesario. Purificar la piedra significa limpiar
Su energía. Antes de usar una piedra para cualquier propósito mágico, siempre debe
ser purificado

Hay varias formas de purificar una piedra:

- Déjelo a la luz del sol o de la luna durante un período de tiempo específico.
- Enterrarlo en un plato pequeño de sal durante uno o tres días. La sal es un natural purificador. Nunca use sal para limpiar una piedra que contenga hierro, como hematita, o si está en metal, porque el metal se oxidará.

- Enterrarlo en un plato pequeño de tierra por un período de tiempo medido. Voluntad de la tierra cumplir el mismo propósito de la misma manera que la sal, aunque Puede tomar más tiempo.
- Sumerja la piedra en agua durante un período de tiempo medido. Agua en movimiento lo purificará más rápido, aunque dejará la piedra en un recipiente pequeño con agua por un período más largo también funcionará. Puedes agregar una pequeña pizca de sal al plato de agua para acelerar el proceso, a menos que esté limpiando una piedra en metal o piedra con contenido de hierro, como la hematita.

El tiempo que dejes que la piedra se purifique según el método elegido depende de cuánta energía extranjera se aferra a ella (ver lo siguiente).

SINTONIZANDO PIEDRAS

Antes de usar una piedra con un propósito mágico, conozca su particularidad. energía para que cuando pruebes su energía más adelante, tengas una idea de cómo mucha purificación que requiere.

Cuando traes una piedra a casa desde una tienda de rock o desde el gran al aire libre, límpielo y purifíquelo utilizando uno de los métodos anteriores para obtener uno completo semana para asegurarse de que se haya eliminado por completo de cualquier energía extranjera. No te preocupes no puedes eliminar la energía innata de un objeto, entonces es imposible de sobrepurificar.

Cuando termine la semana, prepárese buscando un espacio tranquilo y estableciéndose abajo con la piedra y tu cuaderno de brujas verdes. Toma tres respiraciones profundas, liberando tensión y enfocándose en la piedra en su mano con cada exhalación. Comience probando la energía de la piedra usando uno de los sensores de energía métodos dados en el Capítulo 3. ¿Cómo se siente la energía de la piedra? Hacer tantas observaciones y asociaciones como puedas. Recuerda escribirlos abajo. Lo importante es que esté haciendo observaciones personales sobre la energía, no es que golpees las mismas correspondencias que tradicionalmente asociado con la piedra.

Una vez que tenga una idea de cómo se siente la energía de la piedra mientras es completamente natural y no se ve afectado por ninguna otra energía, podrá evaluar la piedra antes de cualquier uso futuro para determinar cuánta purificación necesitará. Todos perciben la energía de una manera diferente, pero quizás la piedra se sentirá particularmente pesado o negativo para usted, o obtendrá una sensación de incorrección, o simplemente una diferencia de lo que esperas sentir cuando luego recógelo para usarlo. Si la piedra se siente drásticamente diferente, purifique la piedra por un período de tiempo más largo Si has usado la piedra para un mágico anterior propósito, es importante purificarlo, incluso si fue con la misma intención, para A medida que se utiliza la piedra, puede recoger otras energías. A medida que te vuelves más con experiencia en la detección de energía, podrá identificar cuánto

purificación que necesita una piedra al comparar su energía actual con lo que usted saber su base es la energía natural.

E MPOWERING S TONOS

Para preparar una piedra para uso mágico una vez que se ha purificado, debe programar o empoderarlo. Este paso alinea la energía natural de la piedra con tu intención mágica. Mientras las energías naturales de la piedra funcionarán incluso si no la empodera con su magia intención, funcionarán de acuerdo con su deseo mucho más eficientemente si usted programarlo con su necesidad precisa y objetivo mágico.

- **Para programar una piedra con tu intención, sostenla entre tus palmas. Cierra los ojos y toma tres respiraciones profundas, centrándote y enfocándote en tu objetivo mágico.**
- **Visualice su objetivo como ya alcanzado, lo que significa que debe tomar un minuto o dos para soñar despierto sobre lo maravilloso que te sentirás una vez que la situación sea como la quieres.**
- **Ahora visualice una luz brillante formándose alrededor de sus manos. Esta luz brillante es la energía convocada desde tu interior para potenciar la piedra. Es energía programada con Tu objetivo mágico. Imagina que la luz brillante se absorbe en la piedra.**
- **En este punto, diga en voz alta cuál es su objetivo y para qué sirve la piedra. Por ejemplo, usted puede decir: "Esta piedra me trae prosperidad", si la está programando para fines financieros Éxito o abundancia. A algunas personas les resulta más fácil repetir una frase como esta una y otra vez en con el fin de aumentar y enfocar la energía en lo que están potenciando. Tiendo a ser muy tranquilo bruja verde, así que susurro en voz baja mi frase elegida una y otra vez hasta que las palabras se convierten en un flujo de sonido Visualizo ese sonido siendo dirigido hacia la piedra.**
- **Una vez que la energía ha sido absorbida por la piedra, la piedra ha sido programada con su intención mágica y habilitada para ese uso.**

Capítulo 6

Mantener un jardín de brujas verdes

T HE jardín es un importante elemento de la práctica de la bruja verde. Trabajando con la naturaleza no siempre significa sumergirse en el aire libre. Como muchas brujas verdes modernas están descubriendo, tanto por necesidad como en su deseo de adaptarse a las necesidades del mundo moderno, hay muchos otros métodos de interactuar con la energía de la naturaleza. Se requieren soluciones creativas en Areas urbanas. Este capítulo analiza cómo funciona el concepto de jardín en La realidad moderna y urbana de la bruja verde.

El desierto no es la antítesis de la civilización. Los dos son extremos ambientales que se complementan entre sí. Las personas requieren un seguro ambiente para funcionar bien, y así durante milenios tenemos talló secciones del desierto y las organizó. La ciudad no es mala y el desierto no es automáticamente bueno. Porque lo urbano moderno bruja verde entiende esto, parte de su llamado implica cerrar la brecha entre "salvaje" y "civilizado".

Siempre habrá algunos productos que no podrás cultivar donde tu vives. No muchas personas en América del Norte, por ejemplo, pueden crecer canela. No tiene que romper la espalda y su presupuesto tratando de forjar Una conexión energética personal con plantas altamente exóticas que no crecerán Donde vives. Haz lo que puedas, cuando puedas. Cultivo de plantas cuyo la energía con la que puede trabajar le ofrece una oportunidad más que adecuada para un Experiencia de diálogo más profunda e interacción con la naturaleza.

El poder en un jardín

La práctica de la brujería verde está innatamente ligada al ciclo agrícola, que dictaba el ritmo de la vida de nuestros antepasados. El agricola Las sociedades de antaño se centraron en los cambios estacionales del suelo y los cultivos. La preocupación de la brujería con la fertilidad, la siembra, el cuidado y la cosecha. (metafóricamente y de otro modo) tiene sus raíces en esa tradición agrícola.

Por lo tanto, tiene cierto sentido que la bruja verde tiene un fuerte Conexión espiritual y personal con la naturaleza y la tierra. La conexión a La naturaleza también es práctica. El jardín de brujas proporciona una fuente de alimentos, así como componentes de hechizos e ingredientes para diversos remedios.

> **Al trabajar con un jardín, dentro o fuera, la bruja verde está interactuando con la naturaleza en un base personal La práctica práctica te ofrece la oportunidad de sentir físicamente tu conexión con la naturaleza. Le brinda el simple placer de trabajar en armonía con el ciclo natural**

Trabajar con un jardín de cualquier tipo también te permite meditar en concepto de armonía y equilibrio de una manera completamente diferente. Hay un toma y daca muy real de energía involucrada en el cuidado de un jardín. El tiempo y el cuidado que le dediques al mantenimiento del jardín se refleja directamente en el jardín salud y lo que cosechas. Como una persona, un jardín también está en un estado constante. de cambio. Justo cuando resuelves un problema en tu vida y aparece otro,

lo que haces para cuidar tu jardín una semana puede ser diferente de lo que haces la siguiente semana. El sol puede golpear sin piedad durante semanas, secando su plantas preciosas a una crujiente, solo para ser seguido por una semana de monzón lluvia torrencial que casi ahoga lo que has logrado salvar. Trabajando con un jardín es una lección continua de paciencia, aceptación y reconocimiento que la naturaleza funciona como un sistema independiente que opera sin importar qué nosotros los humanos lo hacemos.

LA COSECHA DE LA BRUJA VERDE JARDÍN

¿Las hierbas que compras son menos potentes que las que cultivas? Son las especias que ¿usa el estante de su cocina menos potente que los de su jardín? Eso depende de a quién le preguntes. El trabajo práctico le permite a una bruja verde entender La energía y el poder de una planta desde la semilla hasta la forma seca. Sin embargo, incluso el Las especias molidas en su estante de especias originalmente provenían de una fuente natural. Siendo práctico, la bruja verde usa lo que tiene a mano. No tienes que coseche la planta usted mismo para usar su energía. Puedes acercarte y tocar la energía de la hierba y establecer una conexión personal con la compra hierbas. Si quieres algo que no sea local, puedes comprarlo de un herbolario, una tienda de suministros metafísicos, o en línea. Si compras hierbas de uno de estos fuentes, sin embargo, asegúrese de usarlas solo con fines mágicos; no seas tentado a hacer té a menos que la hierba comprada esté certificada como segura para consumo interno

Un mapa de la zona climática de jardinería puede ser una gran ayuda para usted mientras planifica su jardín. Las zonas climáticas están determinadas por las temperaturas máximas y mínimas, que a su vez determinar qué plantas pueden prosperar en el área. Puedes ver la Planta Nacional del USDA

Mapa de la zona de resistencia en la página web del Arboreto Nacional de los Estados Unidos, la introducción a lo que se puede encontrar en: www.usna.usda.gov/Hardzone/index.html .

En cuanto a lo fresco frente a lo seco, la energía es similar, aunque en diferentes formas. Piense en la energía de una planta viva como agua corriente, mientras que la hierba seca La energía podría ser como el agua en una taza. Mientras la planta esté viva, su La energía fluye. Una vez cosechada, la energía de la planta es como el agua atrapada en un envase. Sigue siendo agua y tiene la energía del agua, pero el la energía aún está en lugar de fluir. Lo que necesitas hacer con la energía de un planta o hierba y dónde y cómo necesita hacer su trabajo lo ayudarán determinar si se usa fresco o seco. Usando materia vegetal fresca en una bolsita, por ejemplo, no es una buena idea porque las hojas frescas se moldearán y pudrirán.

Diseñando tu jardín

La bruja verde urbana enfrenta varios desafíos cuando se trata de jardinería y creando un espacio personal para comunicarse con la naturaleza. En una ciudad o suburbio, muchas personas no tienen un espacio ideal para diseñar un jardín. Si no tienes una franja de tierra en algún lugar a lo largo del camino hacia tu puerta principal, o si está atado a un apartamento y no tiene tierra, puede ser sorprendido de descubrir que, de hecho, tiene varias opciones. Consulte con su ayuntamiento o división ambiental para ver si su ciudad patrocina un jardín público

espacio. Puede solicitar una de estas parcelas de jardín, que generalmente están cercadas apagado y protegido, a menudo de forma gratuita o con un bajo costo de alquiler. Puede que tenga que viajar para ello, pero puedes cultivar lo que quieras dentro de los parámetros legales.

Si prefiere algo más cercano a su hogar, puede crear un balcón o ventana de jardin. El jardín de contenedores es la respuesta de la bruja verde a la desafío de espacio limitado y rascacielos o apartamentos. Uno de los cosas maravillosas sobre la jardinería en macetas en un balcón o en una ventana es que si los contenedores o las plantas son lo suficientemente pequeños como para moverse fácilmente, siempre puedes cambiar tu disposición.

Mantenga notas en su diario sobre qué plantas responden bien a la iluminación y al entorno de Su espacio de jardín elegido. También mantenga notas sobre la evolución de su jardín a lo largo del estaciones. El próximo año, puedes crear un jardín más exitoso o experimentar con algo completamente nuevo.

Tienes varias opciones en jardinería en macetas. Puedes configurar una ventana caja dentro de un alféizar, cuelgue una caja de ventana fuera de su ventana, o Cultive plantas en macetas en su patio o balcón. Una buena regla es usar pequeños contenedores en un espacio pequeño. Puedes agruparlos para crear un arreglo, pero las macetas enormes tienden a abrumar los espacios pequeños. Igualmente, no llene esos recipientes pequeños con plantas de hojas grandes, que también

abrumar visualmente el espacio. Lo que podrás crecer en esos Sin embargo, los plantadores dependen de varios factores. Aquí hay algunas preguntas que debe responder antes de comenzar a plantar:

- **¿Cuál será el propósito de su jardín?** ¿Pretendes crecer? hierbas para cocinar o verduras para comer? ¿Es tu jardín un lugar tranquilo? retiro, su conexión personal con la naturaleza, su lugar de poder? Si tu planifique lo suficientemente bien, puede crear un espacio sagrado donde pueda continuar tu bruja verde dialoga con la naturaleza. Riego, deshierbe y cuidado para una ventana puede ser tan gratificante como estar sentado en medio de un parque Nacional.
- **¿Cuándo usarás tu espacio?** ¿Estarás cultivando un huerto o disfrutando? ¿Tu espacio durante el día o la noche? Porque algunas plantas florecen y liberar su aroma después del anochecer, su selección de plantas puede reflejar su calendario.
- **Siendo realistas, cuánto tiempo dedicarás a mantener tu ¿jardín?**
- **¿Cual es tu presupuesto?**
- **¿Quieres que tu jardín refleje el estilo del resto de tu jardín? ¿hogar?** ¿Quieres hacer algo dramáticamente diferente al contraste? con tu estilo habitual?

Contestando estas preguntas y haciendo una lista de lo que quieres sacar de jardinería le ayudará a determinar qué tipo de jardín desarrollar.

Una vez que haya definido el propósito de su jardín, puede comenzar a enfocarse sobre cómo vas a crear el jardín. Haga una lista de deseos de todos los plantas con las que te gustaría trabajar. El propósito del jardín te ayudará a gobernar eliminar ciertos tipos de plantas y centrarse en otras. Descubre la zona climática ideal para cada una de las plantas que quieres cultivar. Parte de su lista de deseos inevitablemente ser tachado porque no vives en el clima adecuado. Leer

cuidadosamente en las plantas que permanecen en su lista. Algunos serán fáciles de cultivar, mientras que otros serán desafiantes y consumirán energía. Límites al tiempo y la energía que tienes que dedicar a tu jardín eliminará otras plantas en tu lista de deseos. Luego, considere la altura y el diámetro proyectados de las plantas que querer. Tendrá que descartar algunos porque crecerán demasiado alto o ancho Para su balcón o patio o contenedores. Recuerde, sus contenedores tienen que ser lo suficientemente grande como para acomodar las raíces de las plantas en las que pretendes crecer ellos.

La luz y el clima son otros dos aspectos importantes de trabajar con un pequeño contenedor jardin. ¿Cuánta luz solar recibe el espacio de jardín elegido? ¿por día? ¿En qué dirección mira? Si miras hacia el norte, quédate con sombra. variedades amorosas; si miras hacia el este, tu jardín recibirá temprano en la mañana

98

luz de sol; Si mira hacia el sur, vigile de cerca su jardín para asegurarse de que el sol no lo quema ni seca todas las plantas; si miras hacia el oeste, tu jardín tendrá el beneficio del cálido sol de la tarde. Si vives en el segundo historia o superior, el viento será más severo, lo que puede causar estragos en su plantas Cualquier cosa extremadamente delicada tendrá que ser protegida. Si plantas plantas perennes, tendrás que protegerlas durante el invierno o durante el barbecho parte de su ciclo.

La luz artificial es otra consideración. Si tiene la intención de gastar la mayor parte de su tiempo en su jardín por la noche, es posible que desee agregar una iluminación especializada sistema para resaltar sus plantas y permitirle ver con claridad. Lámparas colgantes puede crear una atmósfera muy serena y relajante, pero tenga en cuenta la seguridad. Si usas velas o lámparas de aceite, mantienes las mechas bajas y las llamas bien protegido del viento. Solo use linternas que hayan sido diseñadas para uso en exteriores, y manténgalos alejados de cualquier cosa inflamable.

Consejos para plantar

La bruja verde urbana generalmente no tiene mucho espacio. Mientras brota Las plantas de semillas para trasplantar al aire libre en un jardín contenedor son una forma maravillosa de forjar una conexión con su jardín desde los primeros movimientos de la vida, es A menudo un desafío. Intentalo. Si nada brota, no se desespere. No hay verguenza al comprar plántulas endurecidas de un vivero o centro de jardinería y plantar aquellos en sus contenedores.

Asegúrese de usar una buena tierra para macetas. Para facilitar el drenaje, mezcle otro medio con ella, como el musgo de turba, y cubra la base de su recipiente con pequeños piedras El suelo de jardín regular no es adecuado para jardines de contenedores. Envase los jardines necesitan tierra rica en nutrientes, porque hay muy poca tierra en el envase. Si la tierra del jardín es lo único disponible para usted, entonces mezcle igual partes de arena y turba en él. Pregúntele a su centro de jardinería acerca de los fertilizantes para jardines de contenedores para mantener un alto nivel de nutrientes para sus plantas. Usar fertilizante no es hacer trampa; alimenta tus plantas en un ambiente eso no puede hacerlo solo.

El mantenimiento general regular es la clave para mantener su jardín en equilibrio. Mira tus plantas todos los días. Busque hojas amarillentas, follaje flojo, muerto flores Corte las zonas de muerte y riegue las plantas secas. Las ollas de barro son porosas y perderá agua más rápido que los recipientes de vidrio o plástico. Gire las macetas para que todos

lados de la planta obtienen igual luz. Ser sensible al estado de su jardín. le permitirá detectar pequeñas rarezas antes de que se conviertan en problemas.

Su horario de riego dependerá de su clima, el tamaño de su contenedores y qué tipo de plantas estás cultivando. Los contenedores tienden a no retienen mucha agua, porque no hay mucha tierra en ellos. El agua se seca

arriba o es rápidamente absorbido por la planta. Una buena regla es regar cada par de días a menos que esté en un período de sequía, en cuyo caso el agua todos los días. Si llevar latas pesadas o jarras de agua es difícil para usted, considere obtener una manguera accesorio para su grifo de cocina.

Cuidando su jardín naturalmente

Hay varias formas de cultivar su jardín de forma natural. Después de todo, la idea de usando ingredientes químicos en su jardín para cultivar o matar invasores Los insectos son contrarios a la forma de bruja verde. Aquí hay algunos consejos para usar natural métodos para aumentar la generosidad de su jardín.

COMPOSTACION

El compostaje es la práctica de devolver la materia orgánica a la tierra donde puede descomponerse y agregar sus nutrientes al suelo. Aunque el compostaje es generalmente considerado como algo que hacen los terratenientes, ya que tradicionalmente consiste en creando una pila de compost en la esquina de un patio, los habitantes urbanos también pueden composta fácilmente de forma modificada. Vermicompostaje o uso de gusanos rojos. descomponer la materia orgánica, es una opción. Los kits de vermicompostaje pueden ser pedido en línea u obtenido de tiendas ecológicas o centros de jardinería. Una menos alternativa costosa y más fácil es un contenedor de compost. Puedes colocar el contenedor al aire libre, que la mayoría de los habitantes de apartamentos prefieren, pero si no tiene balcón, puedes ponerlo en un rincón oscuro de la cocina o la lavandería.

El compost requiere tres cosas: calor, oscuridad y comida. El calor es esto se logra colocando su contenedor cerca de la pared si está en el balcón o almacenándolo debajo de su fregadero si está adentro. La oscuridad se obtiene utilizando un material opaco para el contenedor y al tener una tapa hermética. La comida proviene de finamente picado restos de vegetales y frutas. Nunca agregue productos cárnicos ni nada con grasa. a su contenedor de composta. Estos se descompondrán, de acuerdo, pero olerá terrible, desequilibra el compost que estás construyendo y atrae las plagas. Usted puede agregue hojas de té (rasgue las bolsas de té si no usa té suelto) y café suelos, cáscaras de huevo, restos de frutas y verduras, y hojas y flores muertas pellizcó sus plantas de interior y plantas de contenedores.

El contenedor ideal para el compostaje es un bote de basura de plástico o un recipiente grande Papelera Tupperware. Cubra el fondo con hojas secas o papel de periódico triturado. Pon una capa de tierra encima de eso, luego agrega tu primer lote de comida picada restos y un poco de agua. Revuelva con un palo y vuelva a colocar la tapa. La tapa mantenga la humedad adentro mientras la comida comienza a descomponerse, pero es una buena idea de vez en cuando para "regar" su compost para mantenerlo húmedo (pero no mojado). Agregue un poco más de material seco, como más periódicos triturados o tierra, cada uno

semana para asegurar un buen equilibrio de carbono y nitrógeno. Cada vez que agregas más sobras, agite el compost para combinar el nuevo material con el abono viejo De vez en cuando, dale una vuelta completa a todo con una pequeña pala o llana para airear el suelo. En unos tres meses, su el compost estará listo para usar. Agregue algunos a la parte superior de cada uno de sus contenedores y plantas de interior. Asegúrese de dejar algo en su contenedor de compost para comenzar el próximo lote.

Si le preocupan los olores, no se preocupe. El buen compost tiene un olor dulce y rico. se descompone Para mantener a raya los olores de compost más fuertes, gírelo con más frecuencia.

El té de compost se hace filtrando agua a través del compost. Esto produce un líquido rico en nutrientes que puede usar para regar sus plantas de interior y rociar follaje de su jardín contenedor para ayudar a nutrir y proteger la planta tanto sobre el suelo y debajo. Para hacer un té de compost simple:

1. Llena un balde sin apretar un tercio hasta la mitad del compost. Dar el abone un par de vueltas con la llana para airearlo adecuadamente y romper cualquier grupo.
2. Vierta agua tibia (no caliente ni hirviendo) sobre el compost y permita que sentarse por dos o tres días.
2. Decantar cuidadosamente el agua marrón resultante en otro balde o lanzador.
3. Deje que el compost húmedo se seque a su estado húmedo habitual antes devolviéndolo a su contenedor de compost.

Puede usar el té de compost marrón para regar sus plantas o rociar el follaje para combatir plagas, enfermedades y daños por contaminación. Nunca tomes abono té; No es para consumo humano.

LA CONTAMINACIÓN DEL AIRE

La bruja verde que vive en la ciudad puede estar expuesta a altos niveles de aire. contaminación. La contaminación puede crear problemas respiratorios, por supuesto, pero también deja una película de mugre por todas partes. Las ventanas no solo se ensucian y tus paredes se opacan con el tiempo, pero tu jardín también sufre. Las hojas pueden se vuelven amarillas y flácidas, el crecimiento puede ser incompleto y la planta se debilita. Sé amoroso con tus plantas. Limpie suavemente el polvo que se acumula como resultado de la vida de la ciudad. Si tienes la suerte de tener una pequeña parcela en una ciudad jardín, lávelo con regularidad. Use un spray de té de compost para ayudar a nutrir el plantas y contrarrestar el daño que puede causar la contaminación del aire.

INSECTOS Y OTRAS PLAGAS

Si está trabajando con un jardín contenedor urbano, probablemente nunca tiene que preocuparse por los ciervos o conejos mordisqueando sus plántulas tallo asomando del suelo. Sin embargo, aún tendrá que preocuparse por insectos

Si su jardín de contenedores es el refugio de la cantidad habitual de errores de la ciudad, luego quemar velas de citronela en el área puede ayudar a diluir el población de insectos. Si sus plantas desarrollan más insectos específicos de plantas infestaciones, hay algunas cosas amigables con las brujas verdes que puedes hacer para ayudar. Lo primero que debe recordar es que no tiene que recurrir a productos químicos insecticidas Usar estos en un jardín de contenedores es excesivo y, además, hay son alternativas más baratas y amables.

Prueba un insecticida natural. Haga un extracto de ajo, cebolla o pimiento picante. Tome 3 cucharadas (aproximadamente una onza y media) de la verdura importa y pica finamente o licúalo en una licuadora con un poco de agua. Añadir 2 tazas de agua a la mezcla y deje reposar durante la noche o durante un día completo. Colar, diluir para que la cantidad total de líquido sea igual a 1 litro o 1 cuarto de galón, y verterlo en una botella de spray. Pruébelo en una hoja de la planta afectada; si la hoja responde mal, diluye el aerosol un poco más y prueba nuevamente.

En circunstancias extremas, puede usar una solución de blanqueador de una parte para cuarenta partes de agua para eliminar las plagas rebeldes. Rocíe esto sobre el follaje y tallo de la planta, pero no remoje la tierra. Enjuague bien con agua limpia. Esta es más fácil si coloca una bolsa de plástico o algo así sobre la tierra y el contenedor, o incline el contenedor para que la escorrentía no caiga en la olla.

Cuando rocíe, no importa con qué rocíe, recuerde practicar con seguridad hábitos de pulverización:

- Siempre use guantes, mangas largas y una máscara cuando rocíe con insecticidas, incluso los naturales. El ajo, la cebolla y el pimiento picante pueden ser Muy irritante para las membranas mucosas. Si inhala el aerosol, puede Causar dolor e irritación en la garganta y los pulmones. No rocíe cuando hay Es una brisa fuerte. Espera un día tranquilo.
- No rocíe durante el calor del día. Hazlo a primera hora de la mañana o esperar hasta la tarde.
- Siempre realice una prueba en un área pequeña de cada tipo de planta antes de rociarlos a todos. De esta manera, puede probar la resistencia del rocío y La reacción de la planta.
- Nunca rocíe todas sus plantas indiscriminadamente. Estos aerosoles no son todos Propósito preventivo. Están destinados a apuntar a un problema específico. Ellos También puede matar los insectos y microbios beneficiosos que viven entre sus plantas

Llena tu casa de plantas de interior

Si cultivar plantas al aire libre es imposible en su situación, o si quiere verde tanto adentro como afuera, intente con plantas de interior.

Cuando traigas a casa una nueva planta de interior, asegúrate de hacer una energía suave purificación para ayudar a aclimatarlo a la energía de su espacio vital. Esto también elimina cualquier negatividad que pueda estar aferrándose a ella. Puedes hacer esto al aire libre plantas también, aunque puede no ser necesario porque plantarlas en el

El suelo ayuda a estabilizar y limpiar la energía que se aferra a ellos. Puedes hacer un purificación suave simplemente pasando la mano sobre la planta y sosteniendo la palma y los dedos a una distancia de 1 a 2 pulgadas del follaje. Visualizar recogiendo cualquier energía negra o humeante que vea alrededor de la planta. Mueve tu mano como si estuviera sacudiendo agua para eliminar y dispersar lo negativo energía. Si le preocupa la energía negativa que afecta la energía de su hogar, purifique nuevas plantas antes de traerlas a su casa. Si tu haga la purificación por dentro y se sienta incómodo, queme un incienso purificador en la habitación. Recuerde, nunca puede eliminar la energía básica de un objeto, así que no se preocupe por eliminar la energía positiva asociada con la planta.

Para recibir la planta en su hogar, bendiga una jarra de agua con un reza como la siguiente, luego úsala para regar la planta de interior:

Espíritus de tierra, agua, fuego y aire,
Te pido tu bendición en esta agua.
Dotarlo de fuerza, protección y paz,
Y que las plantas que beben de ella sean igualmente bendecidas.

Dele a su nueva planta de interior la cantidad de esta bebida sagrada que requiera. Utilizar el resto para tus plantas de interior actuales.

ALGUNAS CONSIDERACIONES

Elegir qué tipo de plantas de interior traer a su hogar es tan importante como elegir las plantas que cultivas al aire libre. Considere cuidadosamente la cantidad de tiempo y energía de sobra para cuidar las plantas de interior. Piensa en la luz que llena tu espacio vital, la dirección de donde proviene y qué tan brillante está. Piense en lo seco o húmedo que es su espacio vital y lo general temperaturas Todas estas cosas tienen un gran impacto en las plantas que puedes crecer con éxito donde vives. Piense también en lo grandes que son sus habitaciones. Las plantas de interior están limitadas por sus macetas, y para crecer más grandes pueden necesitar más contenedores.

Considere cuidadosamente la energía de la planta. ¿Cómo encajará e interactuará? con el flujo de energía ya establecido en tu hogar? Evalúa el

energía sosteniendo sus manos sobre la planta y sintiendo su energía (vea el ejercicios de detección de energía en el Capítulo 3). Una vez que haya sentido la energía de una planta, podrá juzgar si se ajustará a la energía de su hogar o no.

Finalmente, es importante recordar que, como todas las plantas, las plantas de interior absorben energía negativa. Sin embargo, debido a que están en macetas en una pequeña cantidad de tierra, no pueden transformar la energía con el mismo éxito que las plantas al aire libre en El suelo puede. Sé amable con tus plantas de interior. Darles un apropiado fertilizante, repórtelos antes de que sea necesario y purifíquelos regularmente. Si los descuidas, eventualmente morirán por la negatividad acumulada. Si todas sus plantas de interior se ven enfermas, este puede ser un mensaje de que es hora de que usted para hacer una limpieza y purificación completa y completa de la casa.

Capítulo 7

Crea y crea magia de bruja verde

M AGICAL LORE con sede en el mundo verde es el órgano central del conocimiento en La práctica de la brujería verde. Este capítulo examina prácticas y mágicas. aplicaciones, manualidades y hechizos que combinan los diversos elementos de lo natural mundo, además de consejos sobre preparación y almacenamiento.

Al seleccionar las hierbas y otros elementos naturales que piensa usar en sus manualidades, es esencial investigar siempre la hierba, mágicamente y medicinalmente Lea atentamente los métodos recomendados de preparación en su libros de referencia y preste mucha atención a las precauciones y notas. Ciertas hierbas, por ejemplo, son seguros de usar externamente, pero son tóxicos si se toman internamente. Si tu pretenda quemar la materia vegetal, verifique que el humo sea seguro para inhalar. En tus diario de brujas verdes, describa cualquier hierba que quiera usar, y si hay

algo para recordar, agregue una nota a la etiqueta de su preparación. Si usted es elaborando una preparación herbal para otra persona, infórmese de su sensibilidades y alergias de antemano y escriba una lista completa de ingredientes para su referencia

Preparando hierbas

Revise su stock de hierbas y plantas en conserva todos los años para ver qué es bajo y lo que ha ido mal. Cuando coseches materia vegetal, siempre haz Asegúrese de saber qué parte de la planta cosechar, si usa hojas, tallos, flores o la raíz. Nunca recoja una planta entera. Nunca lo levantes Las raíces y llevar todo a casa. Toma solo lo que necesitas y haz Seguro que es menos de una cuarta parte de lo que está disponible. En la cosecha, menos es más. Nunca asumas que deberías tener una gran reserva de algo. usted es poco probable que lo use todo y terminará tirando la mayor parte. Más verde Los proyectos de brujas y los encantos solo requieren una pizca o cucharada de hierba. Es Es esencial tener en cuenta en su cuaderno de brujas verdes qué planta está cosechando, dónde se cosecha, la fecha y cuánto está tomando.

Si no está utilizando la materia vegetal fresca, entonces debe secarse antes de Guárdalo. Antes de secar, agite, cepille o lave la suciedad. Para secarlo al aire, coloque el deja o florece en una pantalla vieja o en una gasa y deja que se seque Un área bien ventilada. También puedes juntar los tallos con un elástico banda o cuerda y cuelgue el grupo en interiores en un lugar seco con buen aire circulación, fuera de la luz solar directa. Mete una pequeña tarjeta con el nombre de la hierba en el paquete para ayudarlo a identificar la planta una vez que esté seca. No dejes un paquete de hierbas colgando por mucho tiempo, o se volverá polvoriento. Para protegerlo del polvo, o si la planta del tallo tiene semillas o pedazos frágiles que pueden caerse mientras se seca, deslícela en una bolsa de papel y asegure la bolsa alrededor de los tallos con una cuerda antes de colgarla secar Para preparar una planta para el almacenamiento, retire las hojas de los tallos sobre un hoja de periódico o un paño limpio.

También puede secar la materia vegetal en el horno. Corta los tallos más o menos, luego esparza trozos de tallo, más hojas y flores, en una sola capa en una cocción sábana cubierta con pergamino y colócala en un horno apenas tibio (100 ° F) con la puerta abierta por una o dos horas, dependiendo del grosor de la hierba que estás secando Revise con frecuencia y retire la materia seca, dejando el descanse para continuar secando.

Los recipientes opacos son los mejores para almacenar hierbas. Botes de cerámica con sellos herméticos y oscuros. Los frascos de vidrio son ideales. Tenga a mano una variedad de contenedores de varios tamaños. Cocina Las tiendas son una gran fuente de frascos, cuencos, latas, morteros y morteros, y otros productos ecológicos útiles. brujería parafernalia. También es posible que desee invertir en una tabla de cortar y cuchillos para picar para ser utilizado específicamente para tu trabajo de bruja verde.

Si desea utilizar las hierbas como el romero o la menta fresca más adelante fecha, puede elegirlos y guardarlos en el congelador. Para almacenamiento a corto plazo, simplemente puede colocar hojas resistentes en una pequeña bolsa de papel, doblarlas y guárdelo en la puerta del congelador. Asegúrese de escribir la hierba, la fecha y dónde fue cosechado en la bolsa. Para mantener las hierbas por más tiempo, enjuáguelas con agua fría, séquelos con una toalla de papel, córtelos aproximadamente y extiéndalos sobre un bandeja para hornear. Pon la bandeja para hornear en el congelador hasta que las hierbas se hayan congelado,

luego guárdelos en bolsas con congelador con cierre superior. Este método mantiene las hojas. separar. Marque la bolsa claramente con el nombre de la hierba, la fecha y dónde lo cosechaste Para usar, simplemente abra la bolsa y saque lo que necesita. Si las hojas o las flores se han congelado juntas, saca la masa y corta lo que Necesitas con un cuchillo. Para congelar porciones individuales para cocinar magia, picar la planta finamente y empacar una cucharadita o una cucharada de la hierba en cada compartimento de una bandeja de cubitos de hielo. Deje correr un poco de agua en cada compartimento sobre la hierba y congelar. Cuando los cubos de hierbas estén congelados, sácalos y colóquelos en bolsas con cierre. Nuevamente, marque las bolsas con los elementos necesarios. información.

Recuerde que cuando cosecha materia vegetal, se produce un intercambio de energía. necesario. Esto significa que debe devolver algo a cambio de lo que estás tomando. Lleve consigo una botella de agua y ofrezca unas gotas a la planta. cuando coseches algo de eso. Agradezca a la planta por su amabilidad al compartir.

Extrayendo las Energías de las Hierbas

Las hierbas y la materia vegetal se preparan más comúnmente para su uso en una infusión, que puedes conocer mejor como té. Los tés no se usan solo para consumo, de Por supuesto, por eso los libros sobre aplicaciones mágicas y espirituales utilizan el palabra "infusión". En este libro, si uso la palabra "té" me refiero a algo que beberás; si uso la palabra "infusión" estoy hablando de un líquido que usarás en alguna otra aplicación.

La preparación básica se conoce como "simple", que es una hierba única preparación. Esta es la mejor y más fácil forma de acceder a la energía de un planta individual y la forma más segura de probar nuevas hierbas para sus efectos. los Los siguientes cuatro métodos explican cómo extraer y preservar las energías y beneficios de varias hierbas:

1. **La infusión** es el proceso por el cual las hojas y / o flores se empapan período de tiempo en agua de una temperatura particular. A medida que el agua se enfría, la materia de hierbas empapa. Esta es una técnica suave que permite que el agua para extraer los beneficios y las energías de la frágil materia herbal. Un La infusión crea la extracción más débil.
2. **La decocción** es el proceso por el cual se hierve la materia herbal más densa agua por un período específico de tiempo. Esta técnica se usa para raíces y ramitas y corteza. Una decocción crea una extracción ligeramente más fuerte.
3. **Enfleurage** es el método por el cual se extraen aceites y energías de materia herbal al remojar la hierba en un aceite o una grasa, ya sea calentada o al temperatura ambiente. El resultado es un aceite esencial si el líquido está a temperatura ambiente. temperatura, y una pomada si el resultado es sólido. Su aceite variará en fuerza dependiendo de cuánto tiempo satura su materia herbal y con qué frecuencia cambias el material herbario agotado por fresco. Sin equipo profesional, es difícil hacer un perfume de grado Aceite esencial con un fuerte aroma en casa. Si bien el olor es importante elemento estético, su fuerza no corresponde necesariamente a cómo mucha energía se retiene en el aceite esencial. Un aceite mágico no puede,

por lo tanto, tenga un olor fuerte. Los aceites esenciales se usan externamente. (A evitar enfermedades graves o intoxicaciones accidentales, nunca use un producto casero aceite esencial internamente; solo use aceites esenciales de grado medicinal de un empresa de buena reputación.)

Page 107

4. **La maceración** es el proceso por el cual la materia a base de hierbas se empapa en un solvente como vinagre, alcohol o glicerina. El resultado se llama un tintura. Las tinturas se usan comúnmente con fines medicinales, generalmente agregando unas gotas a un vaso de agua o una cucharada de miel y consumiéndolo Las tinturas también se pueden usar por arte de magia. Una tintura durará por muchos años más que la hierba seca. Una hierba seca pierde su sabor. y potencia mágica después de uno a tres años, mientras que la tintura conserva el extracto de hierbas.

OTRAS PREPARACIONES HERBARIAS

Tanto en medicina como en magia, hay una variedad de formas de aplicar hierbas energías Los cuatro métodos descritos anteriormente dan como resultado líquidos que varían viscosidad. Para entregar esos líquidos en métodos distintos a verter o beber ellos, se pueden combinar con otra base para ofrecer una mayor flexibilidad solicitud. Los resultados de mezclar estos líquidos con otra base incluyen el siguientes posibilidades:

- **Los ungüentos** se crean derritiendo cera de abejas y agregando un extracto líquido (generalmente un aceite), y luego dejar que se enfríe. Infusiones y decocciones son casi inútiles en la preparación de un ungüento porque no son lo suficientemente fuertes para llevar la energía o el extracto requerido. Ungüentos se frotan en el cuerpo o un objeto
- **Los linimentos** son líquidos que generalmente son a base de alcohol. Un linimento es diseñado para ser frotado enérgicamente en el cuerpo.
- **Los jabones** toman sus extractos líquidos y los combinan con una base de grasas. diseñado para levantar la suciedad de una superficie, lo que permite lavarlo. Los jabones mágicos son particularmente interesantes porque también son negativos o energía indeseable de un objeto y permitir que se lave. UNA El jabón mágico elimina las energías indeseables y deja las energías deseadas.

Bendiciendo tus creaciones

Aunque todo tiene una energía innata y usted empodera a cada preparación u objeto artesanal que creas con tu intención, a veces es agradable para sellar o mejorar las energías combinadas. Realizar una bendición elemental sobre un objeto puede ayudarlo a dedicarlo al propósito para el que lo desea. También envía una señal a su propia psique de que su trabajo está terminado y ahora está realizando la función para la cual fue diseñado.

E LEMENTAL B LECCIÓN

Esta bendición se puede realizar como el paso final de cualquier proyecto o sobre nuevos objetos o Artículos destinados a un santuario. En esencia, este acto purifica el objeto y luego lo bendice con energía positiva.

La siguiente bendición está escrita asumiendo que el objeto que bendecirás es pequeño. suficiente para ser sostenido en tus manos. Si no es así, colóquelo en o al lado de su espacio de trabajo y ajusta tus acciones en consecuencia.

Si previamente ha limpiado el objeto que desea bendecir, o si lo ha empoderado, Puede omitir los pasos del 2 al 6.

- **Pequeño plato de sal o tierra (o un pequeño cristal u otra piedra)**
- **Varita de incienso en un soporte, o incienso de hierbas y una briqueta de carbón con luz propia en un plato a prueba de calor**
- **Vela en candelabro**
- **Pequeño plato de agua**
- **fósforos o un encendedor**
- **Objeto para ser bendecido**

1. **Organice cada símbolo elemental en su espacio de trabajo, ya sea en un cuadrado o en una línea. Encender la incienso y la vela. Tome tres respiraciones profundas para liberar el estrés y así poder concentrarse en su tarea.**
2. **Levante el objeto con una mano o colóquelo en su espacio de trabajo frente a usted. Con tu Por otro lado, tome una pizca de sal o tierra y espolvoree suavemente sobre el objeto (o tome el cristal o la piedra en tu mano y tócalo con el objeto), diciendo:** *Por la tierra te limpio.*
3. **Levante la vela y pásela alrededor del objeto en sentido antihorario, diciendo:** *Por fuego te limpio*
4. **Levante el incienso y páselo en sentido antihorario alrededor del objeto, diciendo:** *Por aire limpio tú.*
5. **Toque las yemas de sus dedos con el agua y rocíelo sobre el objeto, diciendo:** *Por el agua limpio tú.*
6. **Cierre los ojos, tome tres respiraciones lentas y concéntrese en el objeto.**
7. **Tome otra pizca de tierra o sal y espolvoree sobre el objeto (o toque el cristal o piedra), diciendo:** *Eres bendecido por la tierra.*
8. **Pase el objeto con cuidado sobre la llama de la vela, asegurándose de no quemarse ni objeto, diciendo:** *Eres bendecido por el fuego.*
9. **Pase el objeto a través del humo del incienso, diciendo:** *Usted es bendecido por el aire.*
10. **Toque las yemas de sus dedos con el agua y espolvoree sobre el objeto, diciendo:** *Usted es bendecido por agua.*
11. **Sostenga el objeto en el aire, o si es demasiado pesado coloque sus manos sobre él donde yace, y decir:**
    Le pido al Espíritu Verde del Universo que bendiga este objeto en nombre de la Tierra y de toda la Naturaleza.

Hacer incienso de hierbas

Si usa incienso en forma de barra, entonces está familiarizado con el dulce y humo suave creado al encender un extremo del palo, soplando suavemente el llama, y descansando el palo en un incensario o bote de incienso para arder lentamente.

El incienso de hierbas es una experiencia completamente diferente. Es un maravilloso método de experimentar con la generosidad de la naturaleza. Cuando creas tu propio incienso de hierbas, puedes mezclar y combinar los tipos de energías mágicas que

desea tejer juntos, adaptándolos con precisión a su objetivo específico. usted puede hacer tanto o tan poco como desee, potenciando la mezcla con su

Energía personal propia.

El incienso de hierbas siempre debe hacerse con hierbas secas. Las hierbas frescas no se quema correctamente y se pudrirá si intenta almacenarlos. Si la única muestra de la hierba que desea usar en su mezcla es fresca, luego extienda la hierba en un hornear y colocar en un horno apenas caliente (100 ° F) durante cuarenta y cinco minutos a una hora, observándolo atentamente. Alternativamente, puede difundir el hierba en una sola capa sobre una toalla de papel y microondas durante treinta segundos en alto. Verifique qué tan seco está. Puedes microondas en diez segundos incrementos para un mayor secado. Algunas brujas verdes, preocupadas de que el microondas daña la energía de la hierba, retrocede con horror ante la idea de microondas sus hierbas, mientras que otras brujas verdes no tienen reparos en utilizando equipos modernos como microondas, exprimidor o café eléctrico molinillo para preparar sus suministros mágicos. Es tu elección. Como un verde moderno bruja, usa lo que tienes a tu disposición, siempre que te sientas cómodo con eso.

PRUEBA TUS HIERBAS

Antes de mezclar incienso de hierbas, es importante investigar un poco para encontrar descubra qué tipos de hierbas y flores son las mejores para su receta. Antes de mezclar y quemar cualquier hierba o combinación de hierbas, es importante buscar toxicidad de cada planta. Si es venenoso tocar o comer, lo más probable es que el humo También es venenoso respirar. No te arriesgues.

Una vez que tengas una breve lista de las hierbas que te gustaría usar en tu magia incienso, toma una hora más o menos para encender una sola briqueta de carbón y deja caer una pequeña pizca de cada hierba por sí sola sobre la superficie encendida. Quema de materia herbal no huele a hierba fresca. De hecho, generalmente huele a algún tipo de variación en la quema de hojas o recortes de hierba. Probar cada hierba solo hará darte una idea de cómo huele. Mientras se quema, toma notas en tu verde diario de brujas sobre el olor, la densidad del humo, qué tan rápido la hierba se consume, y qué tipo de energía sientes que emite mientras arde. También tome nota de cómo reacciona físicamente a la hierba. Es mejor descubra ahora en una prueba que reacciona mal a cierta hierba que cuando estás intentando usarlo mágicamente.

Una vez que haya probado cada hierba, estará listo para trabajar con proporciones. Hacer ¿Desea agregar más de una hierba y quizás solo una pizca de otra? Mucho del trabajo de la bruja verde es intuitivo, lo que significa que te sentirás atraído por algo sin necesariamente tener información sólida o razonamiento para Apoya tus sentimientos.

RESINAS

Una de las verdades claras sobre el uso de incienso de hierbas es que no siempre huele tan dulce como el incienso de palo comprado en la tienda. Agregar resina en la misma cantidad a su mezcla de hierbas no solo mejorará la velocidad de combustión del incienso, sino que también También proporcione una nota base más agradable para su incienso encendido. Las resinas tienen se ha utilizado durante siglos en diversas culturas como ofrendas de olor dulce para el Dioses. Llevan varias asociaciones mágicas al igual que las hierbas.

Sin embargo, antes de agregar una o más resinas a una mezcla de hierbas, suelte un grano único de la resina o una pequeña pizca de polvo en una briqueta de carbón para

familiarícese con el aroma de la resina por sí solo. Tome notas en su diario sobre el aroma de la resina a medida que se derrite sobre el carbón, la densidad de el humo que produce, la energía que emite y cómo te hace sentir. (Ver instrucciones sobre cómo usar briquetas de carbón más adelante en este capítulo).

Mientras que la liberación de ciertas energías es el objetivo principal de la bruja verde La magia, la estética también son importantes. Para ese fin, aconsejo usar uno o más de las siguientes resinas como base para su incienso de hierbas (recuerde que el la cantidad de resina debe ser igual a la cantidad total de materia herbal).

C OPAL

Esta resina viene en varios tonos de blanco, dorado y negro, y el aroma es ligeramente diferente para cada tipo El copal dorado es más común, y si tome un paquete marcado simplemente "copal", eso es lo que probablemente sea. Copal es la savia petrificada de *Bursera odorata* y tiene un aroma dulce y atractivo que es una base excelente para mezclas de incienso de hierbas florales o más ligeras. Copal lleva una energía que es particularmente buena para el amor, las bendiciones de la casa, dedicatorias, meditación, protección, celebración, energía solar y creación. espacio sagrado.

F RANKINCENSE

Una de las resinas más populares, el incienso dorado es el savia solidificada del árbol *Boswellia carterii* , a veces llamado olibanum. Eso tiene un aroma ligeramente picante y dulce y es una excelente base para todo uso para casi cualquier incienso de hierbas. El incienso se asocia tradicionalmente con santidad, purificación, meditación, protección, alegría, celebración, energía solar, y consagración.

M YRRH

Otra resina común, la mirra es de color marrón y tiene un color más oscuro, ligeramente aroma agridulce. Proviene de *Commiphora myrrha* , o árbol de goma de mirra,

y lleva las asociaciones mágicas de santidad, honrando a los muertos y a los mundo espiritual, purificación y curación. La mirra agrega un poco de poder extra a cualquier incienso de hierbas; agregar solo un grano o dos hará el trabajo.

B ENZOIN

Esta resina grisácea se encuentra generalmente en forma de polvo. Viene del Árbol de *benzoina Styrax* y tiene un aroma ligero, limpio, ligeramente dulce. Es excelente para purificación, curación, prosperidad y atracción en general.

S TYRAX

A veces deletreado storax, esta resina negra es una resina más suave y terrosa que los enumerados anteriormente Proviene del árbol *Liquidambar styraciflua* . Es Excelente para la curación y puesta a tierra.

D RAGON'S B LOOD

Esta resina roja es la savia petrificada de la palmera conocida como *Daemonorops Draco* , o la palma de sangre del dragón. Es uno de los ingredientes clave del violín. manchar. Es notablemente pegajoso y se adherirá a tus dedos y herramientas. Del dragón la sangre se usa con frecuencia para protección, purificación y como adición general a tus hechizos como un impulso de poder para todo uso.

S ANDALWOOD

A menudo mezclado con incienso de hierbas o utilizado como base, el sándalo no es técnicamente una resina, pero una madera en polvo o triturada. Disponible tanto en rojo (*Adenanthera pavonina*) y blanco (*álbum Santalum*), el sándalo es generalmente asociado con espiritualidad, purificación, meditación, paz, curación, y protección.

Las resinas generalmente se venden por peso en paquetes de granos ásperos o astillas. En general, es mejor pulverizar su resina antes de mezclarla con sus hierbas importar. Esto implicará un poco de molienda de su parte con un mortero de piedra y maja (la madera no es adecuada para moler resinas) o usar un pequeño molinillo de café reservado solo para moler hierbas y resinas. La resina en polvo se mezclará mejor con las hierbas secas y producir una quemadura más suave.

INCIDENCIA HERBARIA DE MEZCLA

Cuando cree una receta para el incienso de hierbas, observe el propósito para el cual lo estás creando y seleccionas una combinación de hierbas y resinas queapoyar esa meta con sus energías. Por ejemplo, un incienso de prosperidad puede incluye una parte de benzoína como base de resina, con una parte de mezcla de hierbas de menta, albahaca y canela, todos los cuales están asociados con la prosperidad. Como otro brujas, las brujas verdes a menudo les gusta trabajar en múltiplos de tres en la parte superior de sus ingrediente base Tres es un número asociado con la Diosa. Usted también puede Me gusta trabajar con un múltiplo de cuatro para honrar los cuatro elementos. No hay regla firme, sin embargo, en cuanto a cuántas o pocas resinas o hierbas usar en un incienso; usa lo que te sientes atraído por usar. Pero recuerda que más no es necesariamente mejorLos pasos básicos para mezclar incienso de hierbas son simples. Si es necesario, suavemente moler la resina hasta que las piezas estén en pequeños gránulos. Tenga cuidado de no aplastarlos, o el calor producido por el mortero y la maja o el café El molinillo hará que la resina sea pegajosa. Desmenuzar o pulverizar las hierbas secas y colóquelos en el frasco con la resina. Tape y agite hasta que los ingredientes estén que estén bien mezclados. No olvides escribir la receta final en tu diario, junto con el propósito mágico y la fecha en que lo mezcló, y etiquete el envase.Para mejorar aún más su incienso de hierbas, puede agregar hasta tres gotas de aceite esencial para la mezcla antes de tapar y agitar. Nuevamente, considere su objetivo mágico y elegir un aceite esencial apropiado. Puedes usar el aceite de una hierba o resina que ya es parte de tu mezcla para fortalecer esa aroma particular u otro aceite para agregar una energía diferente a la mezcla. No haga use más de tres gotas, o el incienso estará demasiado húmedo para quemar.

Una vez que haya mezclado su incienso de hierbas, puede usarlo de inmediato o dejarlo.

sentarse y dejar que las energías se mezclen durante una semana más o menos antes de usarlo.

E MPOWERING H ERBAL I ncense

Puedes usar el incienso tal como está. Sin embargo, como cualquier otra artesanía o preparación mágica, potenciar el incienso unirá mejor las energías y las enfocará específicamente sobre tu objetivo mágico.

Hay dos formas de potenciar su incienso de hierbas. La mayoría de las brujas verdes los emplean ambos. El primero es visualizar tu objetivo mágico mientras mueles y mezclas cada hierba y resina. Este método le permite programar cada componente por separado. El segundo método es como sigue:

1. **Sostenga el frasco de incienso terminado en sus manos. Toma tres profundo respiraciones para concentrarse. Piensa en tu objetivo mágico.**
2. **Visualice una luz brillante formándose alrededor del frasco en sus manos. Esta luz brillante es la energía que potencia el incienso, el energía asociada con tu objetivo mágico.**
3. **Imagine que la luz brillante se absorbe en la mezcla de resinas y hierbas El incienso de hierbas ahora ha sido energizado con su**

objetivo mágico Está habilitado para ese uso.

INCIENSO HERBARIO ARDIENTE

El incienso de hierbas se quema en pequeñas briquetas de carbón redondas que son disponible en tiendas de artículos religiosos y de la Nueva Era. Para quemar incienso de hierbas, usted requerirá las siguientes tres cosas:

1. Una briqueta pequeña y redonda de carbón autoinflamable (esto NO es barbacoa carbón)
2. Un incensario resistente al calor con una capa de arena o tierra.
3. Un fósforo más ligero o de tallo largo

Las briquetas de carbón autoinflamables vienen en varios tamaños. No recomiendo el 1 / 2 tamaño pulgadas, ya que son fáciles de sofocar con una cucharada de incienso y propenso a desmoronarse o explotar si no se maneja correctamente. yo recomiendo comprar las briquetas de 1 pulgada y usar media briqueta a la vez (realmente no necesita una briqueta entera para una sola cucharada de incienso de hierbas). UNA la briqueta arderá durante cuarenta y cinco minutos a una hora, y quemará una cucharada de incienso de hierbas no lleva mucho tiempo.

Precaución: nunca, nunca use carbón de barbacoa al aire libre, ya que libera humos peligrosos que puede ser fatal cuando se usa en interiores o en un espacio con poca ventilación.

Por lo general, una cucharada de incienso es todo lo que necesita para liberar su energía. en tu espacio Una cucharadita escasa rociada sobre un carbón brillante liberar una nube de humo A diferencia del incienso en barra, el incienso a base de hierbas quema todo en una vez hasta que desaparezca, y de este modo libera más humo y aroma en un período más corto período de tiempo. Sin embargo, la energía y el olor persisten en el espacio, por lo que hay no es necesario seguir acumulando la mezcla de incienso para producir un suministro constante de fumar. Si intentas quemar demasiado incienso, la habitación se volverá demasiado humeante y es probable que active su detector de humo. Con incienso de hierbas, un poco va

un largo camino. Cuando usas incienso de hierbas, en realidad estás ardiendo, no
quemándolo, no hay llamas involucradas. Los trozos de resina se derriten y las hierbas
la materia se vuelve negra y crepita.

Si elige usar fósforos para encender el carbón, fósforos de tallo largo son preferibles porque los partidos de seguridad cortos se queman demasiado rápido. Un largo el encendedor de asas con asa es ideal para encender briquetas de carbón. A pesar de que hay algunas almas valientes que sostienen el carbón con los dedos mientras enciéndalo, no lo recomiendo por razones obvias de seguridad. La mejor manera de carbón ligero es sostenerlo en una mano con un par de pinzas o un par pequeño de pinzas mientras aplicas la llama al carbón con la otra mano. Sostener la llama hasta el borde de la briqueta, y cuando se prende fuego comenzará abrillar. Si su carbón es particularmente rápido, esos destellos comenzarán a moverse a través de la superficie de la briqueta, disparando el resto de la superficie. Si tu el carbón está muy denso o ligeramente húmedo debido a la humedad en el entorno, es posible que tenga que mantener la llama en diferentes áreas para encender tantos como sea posible antes de que se combinen para encender el resto de la briqueta.

Recuerde que sus pinzas o pinzas son de metal y conducirán el calor de la briqueta de carbón una vez que comienza a encenderse.Cuando la briqueta se haya encendido por completo, colóquela con cuidado sobre la capa de arena o tierra en tu incensario. Puedes usar casi cualquier plato resistente al calor como incensario, siempre que tenga una capa de material para absorber el calor del carbón. Para estar seguro, puede colocar un salvamanteles o una montaña rusa a prueba de calor debajo de su incensario para proteger su mesa o altar del daño por calor.Espere hasta que los destellos hayan terminado de atravesar la superficie del briquetas y la superficie ha comenzado a brillar levemente roja. En este punto, tu el carbón está listo para recibir una cucharadita de incienso de hierbas o una pizca de resina. Algunas personas prefieren esperar hasta que haya una capa delgada de ceniza gris en la parte superior de la briqueta antes de espolvorear incienso sobre ella.No apile una cucharada colmada de incienso de hierbas sobre el carbón.
briqueta. Espolvorea suavemente, visualizando el objetivo para el que has creado el mezcla. Un sólido trozo de incienso puede sofocar la briqueta de carbón.Cuando el incienso ha terminado de arder, puede esperar quince o veinte minutos para que el humo se disipe un poco, luego espolvoree otra media cucharadita de incienso sobre el carbón. Cuando esto se haya quemado, deje el carbón vegetal a quemarse solo. Se convertirá en ceniza gris. Permita que esta ceniza se enfríe, luego revuélvala suavemente en la arena o la tierra en tu incensario.Mantener una botella pequeña de agua o un segundo tazón de tierra o arena cerca de sofocar el carbón y el incienso si de alguna manera se sale de control es Siempre una precaución inteligente.

ALMACENAMIENTO DE INCIENSOS HERBARIOS

Cuando haga su primer lote de prueba de incienso de hierbas, hágalo en un pequeño cantidad para que si no te gusta no te quedes con una botella entera de las cosas. Marque las proporciones de la receta para que si le gusta, Puede aumentarlo fácilmente.

Mantengo mi incienso de hierbas en pequeños tarros de especias en un armario oscuro. Yo tambien uso Frascos de conservas de 4 onzas (125 ml). Los frascos de comida para bebés también son ideales, así que si tienes un niño o conozca a alguien que lo haga, pida frascos vacíos, lávelos bien y asegúrese de que estén completamente secos antes de usarlos. Siempre asegúrate de

claramente etiquetar el frasco. Escriba el nombre del incienso y la fecha en la tapa. con un lápiz de grasa o en una etiqueta autoadhesiva. No importa cuán firmemente creas que recordarás exactamente para qué es la mezcla por el aroma o la apariencia de

el incienso, te garantizo que no lo harás. La fecha es importante porque tú podrá ver su diario de brujas verdes y ver qué más estaba pasando cuando mezcló ese incienso (y tal vez exactamente lo que inspiró el mezclar en primer lugar). Dentro de tres o cinco años, sabrás que tener que preparar un lote nuevo para uso mágico y tirar el viejo (o use el viejo solo para propiedades de perfume).

Recetas sugeridas para las siete energías centrales de la bruja verde:
- **Felicidad: incienso, limón, naranja.**
- **Armonía: lavanda, polvo de sándalo blanco, jazmín**
- **Salud: mirra, benjuí, hisopo, eucalipto**
- **Amor: copal, rosa, jazmín, canela.**
- **Paz: incienso, lavanda, violeta.**
- **Prosperidad: incienso, pino, albahaca, menta, canela.**
- **Protección: sangre de dragón, romero, clavo**

Crear bolsas de hechizos

Bolsas de hechizos, que son pequeñas bolsas de tela en las que colocas una variedad de Los objetos y objetos elegidos por sus asociaciones mágicas, se utilizan en varios aplicaciones mágicas Las bolsas de hechizos se pueden hacer en cualquier tamaño y se pueden usar en cualquier lugar. Puedes colgar uno encima de la puerta, meter uno en el guante de tu auto compartimiento, mételos en cajones, bolsos, cuélgalos en los postes de la cama. . .el El único límite es tu imaginación.

Aquí hay un pequeño proyecto básico de protección-encanto. Úselo como base para creando tus propias bolsas de hechizos.

P ROTECCIÓN C DAÑO

Esta bolsa de hechizos está diseñada para colgarse sobre su puerta delantera o trasera, lo que se use más frecuentemente.

- **2 piezas (3 × 5 pulgadas) de tela roja o negra**
- **Hierro (opcional)**
- **Hilo para que coincida**
- **Aguja**
- **alfileres**
- **1 (12 pulgadas) de hilo rojo o cinta estrecha**
- **1 obsidiana copo de nieve**
- **1 cucharadita de semillas de alcaravea**
- **1 cucharadita de artemisa**
- **Pizca de sal**

1. **Haga un dobladillo pequeño a lo largo de uno de los lados cortos del rectángulo de tela de la siguiente manera: Doble el borde de una de las 3 pulgadas de largo lados de un rectángulo de tela hacia abajo 1 / 4 pulgadas, con el lado erróneo lado equivocado, y presione en su lugar con los dedos o la plancha. Usando una puntada continua, cosa El borde hacia abajo. Repita en la otra pieza de tela.**
2. **Coloque los rectángulos de tela cara a cara, de derecha a derecha, haciendo coincidir los bordes. (El doblado el borde estará hacia afuera en ambos.) Pin en su lugar.**

3. Usando una puntada continua, cosa a lo largo de los tres bordes crudos del rectángulo. Deja el lado con Los dobladillos se abren. Gire la bolsa con el lado derecho hacia afuera.
4. Dobla el hilo o la cinta por la mitad. Asegure el pliegue al exterior de una de las costuras laterales del bolsa con un par de puntos pequeños.
5. En esta pequeña bolsa, coloca la obsidiana copo de nieve y las hierbas.
6. Ate la bolsa de hechizos con el hilo o la cinta. Cuelga de un pequeño clavo sobre tu puerta.

Al usar una corbata en la bolsa de hechizos, puede abrirla y agregar otros elementos como necesario para complementar la energía mágica. Las bolsas de hechizos también se pueden coser, como almohadas pequeñas, aunque si esto se hace no se deben abrir.

Si llega un momento en que la bolsa de hechizos ya no es necesaria, o si el la utilidad ha pasado, luego deshaga o retire la bolsa de hechizos y separe los elementos dentro. Deséchelos por separado, agregue las hierbas a su jardín o compost.

Crea una almohada de ensueño

Otra forma de bolsa de hechizos, la almohada de ensueño permite las energías suaves del hierbas para interactuar con tu propia energía mientras duermes. Mete el sueño almohada debajo de la almohada de la cama, cuélguela en el poste de la cama o colóquela en su mesilla de noche. Hechas a mayor escala, las almohadas soñadas pueden convertirse en hierbas almohadas

Al hacer almohadas de ensueño o hierbas, la cantidad de magia que aplicas aumenta para ti. Una forma ideal de reforzar el objetivo mágico de las hierbas en el sueño. la almohada es elegir una tela del color apropiado que asocie con el objetivo mágico Si agrega una cinta a la almohada para colgar, elija un longitud adecuada para deslizarse sobre el poste de la cama o colgarse de un clavo en la pared tu cama.

S WEET D REAMS P ILLOW

Esta almohada está diseñada para fomentar la relajación y calmar el sueño inquieto.

- **1 cucharada de violetas**
- **1 cucharada de hierbabuena**
- **2 cucharadas de lavanda**
- **Tazón pequeño**
- **1 rectángulo de tela (8 × 4 pulgadas) (su elección de color)**
- **Hilo para que coincida**
- **alfileres**
- **Aguja**
- **Hierro (opcional)**
- **Bateo de algodón (aproximadamente del tamaño de su puño, o 2 cuadrados (4 × 4 pulgadas))**
- **Cinta de opciones (opcional; para longitud, ver párrafo anterior)**

1. Mezcle las hierbas en el tazón con las yemas de los dedos.

2. Dobla el rectángulo de tela sobre sí mismo para que tengas un cuadrado de material doblado. Si Si está utilizando una tela con un diseño, asegúrese de que el diseño esté en el interior. Pin los dos mitades juntas
3. Con una puntada continua, cosa a lo largo de dos de los tres lados abiertos del cuadrado de tela, dejando

un lado abierto

4. **Doble aproximadamente 1 / 4 de pulgada del borde en bruto de la abajo lado abierto en lo que es actualmente la fuera de la bolsa. Presione el borde con los dedos para que quede arrugado o use la plancha. Gire el bolsa de tela con el lado derecho hacia afuera, de modo que las costuras estén hacia adentro. (El borde crudo de la prensa lado debe estar dentro de la bolsa.)**
5. **Saca el algodón o el algodón para que quede más esponjoso y grande. Coloque las hierbas en el centro del algodón y dobla los bordes hacia adentro para que las hierbas se enrollen dentro del algodón. Si el algodón es plano, coloque uno de los cuadrados hacia abajo, vierta las hierbas en el medio, coloque el segundo cuadrado en la parte superior y asegure los cuatro lados con una puntada continua.**
6. **Meta las hierbas en el algodón dentro de la bolsa de tela. Pin el lado abierto cerrado. Si tu están agregando un gancho de cinta, doblar su pedazo de cinta e insertar los extremos en el lado abierto de la bolsa y fijarlos en su lugar. Coser la almohada cerrada con una puntada continua, cosiendo el cinta en su lugar a medida que avanza.**
7. **Coloque la almohada de sus sueños debajo de la almohada de su cama o colóquela junto a la almohada antes de dormir.**

Puedes aumentar el tamaño de esta almohada. Sin embargo, cuanto más grande lo hagas, más algodón bateo necesitará proteger las hierbas en el interior. Puede usar tantas o tan pocas hierbas como te gusta. Aquí hay algunas mezclas sugeridas para almohadas de ensueño:

- **Paz: lavanda, amapola, gardenia.**
- **Armonía: manzanilla, violeta, caléndula.**
- **Felicidad: madreselva, girasol.**
- **Amor: rosa, jazmín, gardenia.**
- **Salud: eucalipto, nuez moscada, clavel**
- **Prosperidad: canela, naranja, albahaca.**
- **Protección: geranio, salvia, clavo**

Bolsas de hechizo de jardín

Este tipo de bolsa está separada de las bolsas de hechizos generales porque requiere un enfoque ligeramente diferente. Porque una bolsa de hechizo de jardín está diseñada para descomponerse y desmoronarse, requiere un conjunto diferente de ingredientes y suministros.

Una bolsa de hechizos de jardín es un amuleto diseñado para colgar afuera o enterrarlo en un lugar particular. Estas bolsas generalmente están hechas para proteger la propiedad, protección para un área particular en la propiedad, como una planta especial o cama, o para aumentar la fertilidad del jardín en general. Porque estas bolsas son colgados al aire libre en los elementos, generalmente son pequeños; esto es por conveniencia así como la estética. A medida que la bolsa se descompone, las hierbas que rellenas comienzan cayéndose de eso. Las hierbas que caen de una bolsa grande se vuelven desordenadas. UNA La bolsa de hechizos más pequeña garantiza menos desorden, así como un encanto de perfil más bajo. Si si quieres hacer un encanto protector más grande de algún tipo, piensa en un peldaño (ver más adelante en este capítulo) o algo hecho de un material permanente

Otra razón para mantener este encanto de jardín más pequeño que una bolsa de hechizos normal o la almohada soñada es que la llenarás completamente con hierbas, sin usar bateo o relleno. Para hacer el amuleto, recorte dos cuadrados o rectángulos y Cóselos juntos, como se indica en la sección de almohadas de los sueños. Elimina el relleno o bateo, y simplemente llene la bolsa con hierbas. Coser el último lado cerrado agregar una percha como se indica en el proyecto de almohada de ensueño o una corbata de lazo como en la bolsa de hechizos y cuélguela en un lugar apropiado al aire libre.

Cuando diseñe una bolsa de hechizos de jardín, asegúrese de seleccionar un material tejido de fibras naturales, preferiblemente 100 por ciento de algodón, aunque la lana y la seda son aceptable. La fibra natural asegurará que el material se descomponga completamente

y sin dañar el medio ambiente. Puedes elegir el color según
a su intención mágica o use un color neutro, como blanco o sin blanquear
algodón. Recuerde, sin embargo, que la lluvia empapará la almohada y las hierbas.
adentro manchará la tela; el sol también lo blanqueará, afectando el color
casi inmediatamente. Por lo tanto, no espere que se vea su encanto de jardín
hermoso por más de unos pocos días. Los procesos de blanqueo o tinción y
la descomposición es parte de la magia: la destrucción gradual de lo físico
El encanto libera la energía. Cuando la tela se ha desgastado, puedes elegir
para enterrar la bolsa en un lugar seleccionado o en su montón de compost. Sustitución de jardín
los encantos pueden convertirse en parte de su mantenimiento mágico regular de su jardín
espacio. Puedes hacer la misma bolsa de hechizos (y anotar la nueva fecha
en tu diario de brujas verdes para que puedas seguir la frecuencia con la que tienes que
reemplace el encanto) o puede evaluar las necesidades actuales de su jardín y
diseñe uno nuevo (nuevamente, anotando la fecha y los nuevos suministros que usa y por qué).

Si agrega una piedra a su bolsa de hechizos de jardín, puede elegir enterrarla con
el resto de los restos o para reutilizarlos en tu próximo encanto. Reutilizar la piedra es un
buena manera de mantener la continuidad con la energía de su jardín, incluso si el
Las hierbas que usa son diferentes. No incluya encantos metálicos ni agregue
sustancias no biodegradables a la mezcla de hierbas, ya que pueden envenenar
jardín.

Hacer una escoba

En el Capítulo 2 aprendiste a usar una escoba para purificar un área. Encontrar un
La escoba de cerdas naturales puede ser un desafío. Pero no hay necesidad de desesperarse.
Hacer sus propias herramientas es una práctica tradicional para una bruja de cualquier tipo, y
hacer una escoba es particularmente fácil.

C REATE A T WIG B SALA

Recoge ramitas y un palo más largo debajo de los árboles donde vives para que tu escoba sea una herramienta atado a la energía de su ubicación geográfica particular. Mezclado con tu propio personal ¡energía, esta energía natural creará una escoba que vibra con el poder de la bruja verde! Intentar identifica los árboles de los cuales recoges tus ramitas. Cuanto más sepa sobre su suministros, cuanto más sintonizado esté con su energía.

Si tiene árboles en su propia tierra, guarde ramas y un palo largo durante su anual poda. De lo contrario, generalmente puedes caminar por calles residenciales en el otoño y juntar ramitas de las pilas de material podado que yace en la acera para recoger la basura. Pregunta la permiso del residente para tomar ramas y ramas si están en propiedad privada. Si la madera que recoge está húmeda, deje que se seque en un espacio protegido y ventilado, como un garaje o su sótano, por un par de semanas.

Al hacer una escoba, es importante enrollar el cuero firmemente alrededor de las ramitas. los la tensión es parte de lo que mantiene las ramitas en el extremo de la escoba.

- **Guantes de trabajo (opcional)**
- **Periódico**
- **1 palo stout, aproximadamente 5 pies de largo, entre 3 / 4 y 1 pulgada de diámetro**
- **Sierra (opcional)**
- **papel de lija**

- **Las ramitas de aproximadamente 18 pulgadas de largo, no más gruesa que 1 / 4 pulgadas cada (suficiente para hacer una pila de 3 pulgadas cuando los junta en tus manos)**
- **Pegamento de madera**
- **tira de cuero o cordón, 5 pies de largo, por lo menos 3 / 4 pulgada de ancho**
- **4 uñas de acabado**
- **Martillo**

1. **Cubra su área de trabajo con periódico.**
2. **Tome el palo de 5 pies y decida qué extremo será la parte superior del mango y qué extremo será Ser el final radical. Si el palo tiene corteza, decida si desea quitarlo o mantenerlo en. Si está utilizando una rama rota de un árbol, es posible que desee ver el extremo superior plano. Lije el extremo superior del mango para que no queden bordes afilados o astillas.**
3. **Clasifique a través de la pila de palos más pequeños y corte o rompa cualquiera que tenga otras ramitas sobresaliendo en ángulos extraños. Con la sierra, recórtelas a aproximadamente 18 pulgadas de largo.**
4. **Tome una de las ramitas más gruesas y colóquela contra el extremo inferior del mango de la escoba. Superponga los extremos de la ramita y el mango de la escoba para que aproximadamente 5-6 pulgadas del la ramita descansa sobre las 5 pulgadas inferiores de la escoba. (La ramita se extenderá aproximadamente un pie más allá del final de la escoba.) Puntee el pegamento de madera a lo largo de esos 5 pulgadas superpuestos y presione el ramita contra la escoba. Colocando un extremo de la tira de cuero sobre la ramita, agrega una gota de pegamento de madera para asegurarlo a la madera. Manteniéndolo unido firmemente, martille uno de los acabados clava a través de la tira de cuero y la ramita en la escoba.**
5. **Extienda una capa delgada de pegamento alrededor de las 5 pulgadas inferiores de la escoba y comience a agregar ramitas adicionales de 18 pulgadas, superponiendo las 5-6 pulgadas superiores de cada ramita contra las inferiores 5 pulgadas de la escoba. Coloque la segunda ramita sobre la tira de cuero, luego la siguiente ramita debajo. Asegúrese de mantener una tensión constante en la tira de cuero.**
6. **Cuando llegue a la primera ramita nuevamente, coloque un poco más de pegamento a lo largo de las 5 pulgadas superiores de la primera capa de ramitas y continuar agregando más ramitas, todavía alternando la tira de cuero arriba y debajo de ramitas. Recuerda mantener las ramitas bien envueltas. No te preocupes por asegurarte**

Los extremos de las ramitas son perfectamente uniformes. Es una escoba hecha a mano y una herramienta mágica. diseñado para barrer aire y energía, no un piso uniforme. No tiene que ser perfecto.

7. **Cuando haya alcanzado el punto medio de la segunda capa, opuesto a donde comenzó, sostenga el cuero tenso y martille un segundo clavo de acabado a través de él y la ramita en el primera capa de ramitas y el mango debajo. Continúa agregando ramitas.**
8. **Continúa agregando las ramitas a la escoba, salpicando más pegamento de madera a lo largo de la parte superior de las ramitas. Al comenzar otra capa. Sigue enrollando el cuero sobre y debajo de las ramitas.**
9. **Cuando esté satisfecho con el grosor del extremo de la ramita de la escoba, o cuando llegue a al final de tu montón de ramitas, clava otro clavo en el cuero y las ramitas hasta El mango de la escoba. Coloca más pegamento en el interior del resto de la tira de cuero y envuélvela el cuero alrededor y alrededor de las ramitas. Tíralo con fuerza. Asegure el extremo del cuero con un punto final de pegamento y una uña final.**
10. **Permita que la escoba descanse plana (no colgando) sobre una mesa o piso por al menos treinta y seis horas, o hasta que el pegamento se haya secado por completo. Si desea decorar aún más su escoba enrollando cuero alrededor del mango, agregando plumas o conchas o piedras, o al tallarlo, hágalo cuando El pegamento está seco.**
11. **Antes de usar tu nueva escoba mágica por primera vez, dale poder sosteniéndola en tu manos y visualizando una brillante luz blanca brillando a su alrededor. Mira la energía chispeante siendo absorbido por la escoba. Si lo desea, puede bendecirlo aún más con los cuatro elementos. (Ver la Bendición Elemental en este capítulo).**

Bálsamos o perfumes artesanales

Esta artesanía mágica toma un aceite esencial de su elección y lo convierte en un sólido bálsamo, que puede usarse como perfume mágico. El término "bálsamo" indica comodidad de algún tipo, así como una sustancia sólida que se derrite cuando se aplica a El calor de la piel.

Es importante recordar que los bálsamos son de naturaleza mágica, lo que significa que las energías de los aceites actúan sobre la energía del individuo que usa

ellos. Asegúrese de que el frasco, lata o recipiente que elija para contener el bálsamo tenga un boca lo suficientemente amplia para que puedas alcanzar el interior con los dedos. Escoge un recipiente que no sea demasiado profundo y asegúrese de que la tapa cierre bien preservar el contenido el mayor tiempo posible.

También asegúrese de investigar cuidadosamente los aceites que desea utilizar. No quieres usar demasiado aceite, como la canela, que puede irritar la piel. Siempre considera la sensibilidad de tu piel.

Al aplicar el bálsamo, use solo una pequeña cantidad. Saca un poco de tu yema del dedo y frótelo suavemente con un movimiento circular en el área donde desee para aplicarlo No permita que el bálsamo entre en contacto con sus ojos. Lavar sus manos después de haber usado el bálsamo o después de la actividad ritual que desea ser mejorado por el bálsamo. En el verano, mantenga su bálsamo en la nevera por un sensación de enfriamiento cuando lo aplicas.

Los bálsamos no deben aplicarse sobre la piel de los niños.

M AGICAL B ALM

Recuerde etiquetar la lata o el recipiente claramente con el nombre del bálsamo. Escribe la receta en tu diario de brujas verdes.

- **1 1 / 2 cucharaditas de cera de abejas perlas**
- **1 / 4 de aceite de jojoba o aceite de almendras dulces taza**
- **Lata pequeña, limpia y vacía**
- **Cacerola y agua**
- **5-9 gotas de aceite (s) esencial (es) de su elección**
- **1 cucharadita de aceite de vitamina E (opcional)**
- **Jarra o recipiente pequeño**

1. **Coloque las cuentas de cera de abejas y el aceite de almendras o jojoba en la lata pequeña y limpia. No cubrir la lata. Coloque la lata en una cacerola llena aproximadamente hasta la mitad con agua. (Esto crea un caldera doble y evita que los aceites inflamables entren en contacto con llamas o calefacción bobinas.) Coloque la cacerola en la estufa a fuego medio y permita que el agua caliente derrita la cera de abejas y el aceite de almendras o jojoba.**
2. **Retire la cacerola de la estufa. Usando guantes de cocina para proteger tus manos, quítate el puede desde el baño de agua. Agite las gotas de aceite esencial y el aceite de vitamina E. Como tu lo haces esto, potencia la mezcla con tu intención mágica.**
3. **Deje que la mezcla se enfríe un poco. A medida que se enfría, la superficie se solidificará. Usando un palillo o un Palito de paleta, revuelva suavemente para recombinar el sólido con el líquido. Mientras te mueves, refuerza tu intento mágico**
4. **Cuando la mezcla se haya enfriado pero antes de que esté completamente sólida, viértala en el frasco limpio o contenedor y sellarlo. Rotúlelo con el contenido y la fecha.**
5. **Para usar el bálsamo, coloca una pequeña cantidad en la punta de un dedo y alisa la piel.**

Aquí hay algunas sugerencias para bálsamos:

- Para un **bálsamo de meditación** , use 3 gotas de lavanda, 3 gotas de sándalo, y 2 gotas de violeta. Frota una pequeña cantidad en tus sienes y dentro de tus muñecas. Esta es también una excelente mezcla para usar para relajarse y para ayudar a dormir, y así funciona como un bálsamo de paz y armonía.
- Para un **bálsamo de purificación** , use 2 gotas de aceite de lavanda, 3 gotas de incienso y 3 gotas de jazmín. Pon una pequeña cantidad en tu tercera ojo (en el centro de la frente), en el pecho y en el sol plexo. Úselo siempre que desee eliminar las emociones negativas o la energía de tu cuerpo emocional o físico
- Para un **bálsamo para el amor** , use 3 gotas de aceite de rosas, 3 gotas de jazmín, 2 gotas de

aceite de lavanda y 1 gota de aceite de vainilla. Punto en el interior de tus muñecas, sobre tu corazón, en la nuca y detrás de tus rodillas. (Nota que este bálsamo es una mezcla de amor general. Se puede usar para el amor propio y afecto, así como cualquier otro tipo de propósito asociado con el amor).

• Para un **bálsamo abundante** , use 1 gota de canela, 2 gotas de naranja, 3 gotas de menta y 2 gotas de pino. Frote una pequeña cantidad en las palmas de tus manos y las plantas de tus pies.

• Para un **bálsamo curativo** , use 2 gotas de romero, 2 gotas de eucalipto, 2 gotas de mirra y 2 gotas de sándalo. Este bálsamo se puede usar para

curación espiritual, emocional y física. Esto es particularmente bueno usado en el pecho o la espalda. Evite usar este bálsamo cerca de los ojos o mucosas membranas, o en piel delgada o sensible, porque el romero y El eucalipto puede irritar.

• Para un **bálsamo para la felicidad** , use 1 gota de aceite de lima, 2 gotas de aceite de limón, 2 gotas de aceite de rosa y 2 gotas de aceite de lavanda. Aplicar a las muñecas o al dorso de las manos, las rodillas, los pies y sobre el corazón. Para un brillante, bálsamo de felicidad a base de cítricos, use 2 gotas de aceite de lima, 2 gotas de limón aceite, 2 gotas de aceite de naranja y 2 gotas de aceite de bergamota.

Construir piedras de jardín

Esta artesanía mágica incorpora hierbas, gemas o cristales, y cualquier otro producto natural. elemento que desea incluir.

Los siguientes son dos tipos diferentes de peldaños. Las primeras llamadas para ti mezclar y verter su propio hormigón; el segundo utiliza un hormigón prefabricado o losa de piedra comprada en un centro de jardinería. Cada método produce un diferente peldaño mágico, pero con imaginación puedes sustituir un conjunto de suministros mágicos para el otro, o invente sus propias combinaciones para tus propios objetivos

Una vez que su trampolín esté decorado y barnizado, manténgalo adentro durante otra semana para asegurar que se haya curado por completo. Durante el vertido proceso y mientras la piedra se seca, no mueva el molde.

Cuando coloque su trampolín afuera, considere cuidadosamente el área más adecuado para ello Si bien estos son comúnmente llamados "peldaños", son a menudo muy inadecuado para ser pisado debido a la elevación decoraciones en ellos y el detalle que puede poner en embellecerlos. Colocándolos en un jardín cerca de un patio o pasarela donde se puedan ver pero No molestar es a menudo la mejor opción.

Aunque estos escalones son teóricamente resistentes a la intemperie, para evitar si se desmorona o rompe, puede llevarlos adentro para guardarlos si Vivir en un clima con un invierno severo. Inspeccione su trampolín cada Un par de semanas más o menos para ver cómo se está resistiendo a los elementos. Si utiliza demasiada agua en su mezcla de concreto, el escalón puede desmoronarse lentamente lejos. Si eso sucede, anote en su diario de brujas verdes para usar menos riegue la próxima vez y declare que este trampolín es un hechizo de liberación prolongada. Cuando se ha degradado más allá del reconocimiento, o hasta un punto donde ya no desea mostrarlo, luego eliminarlo con respeto, agradecerle por su trabajo y deséchelo en la basura. No lo entierres, ya que no todos los suministros que puedes usar

Será biodegradable.

P ROTECTIVE S TEPPING S TONO

Coloque esta piedra en su jardín o en la puerta de su casa para extender su energía protectora al zona. Esta artesanía mágica se hace mejor afuera, y es mejor usar un delantal sobre tu trabajo ropa. Si bien solo tomará aproximadamente dos horas hacer la piedra básica, lo hará Tómese al menos tres días para que se seque.

- **Periódico**
- **Guantes de goma**
- **1 pieza de cribado (1 pie × 1 pie)**
- **Plato para pastel de papel de aluminio (al menos 2 pulgadas de profundidad)**
- **1 cucharada de cada una de las tres hierbas protectoras (su elección; pruebe con angélica, romero y clavo)**
- **agitador de pintura**
- **Bolsa pequeña de mezcla de concreto (fraguado rápido o una mezcla especial de escalones)**
- **Cubeta**
- **Agua**
- **taza de medir**
- **Cuchara vieja (opcional)**
- **4 piedras de obsidiana en forma de puntas de flecha**
- **Ramita o palito de paleta (opcional)**
- **Pinturas acrílicas y pinceles (opcional).**
- **Barniz transparente (un barniz en aerosol es más fácil) (opcional)**

1. **Extienda el periódico sobre su superficie de trabajo para protegerlo.**
2. **Póngase los guantes de goma y corte el tamiz para que quepa en su plato de pastel. La proyección será Sirve para reforzar tu trampolín una vez que la piedra esté seca.**
3. **Mezcle las hierbas y póngalas a un lado.**
4. **Use el agitador de pintura para mezclar el polvo de concreto con el agua en el balde. Una proporción de cinco partes de concreto por una parte de agua generalmente funciona bien, pero lea las instrucciones en su bolso. Agregue más polvo para espesarlo, más agua para diluirlo. La mezcla debe ser espesa y húmeda, pero no salpicada, más como una masa de galleta que la masa para pastel. No inventes el bolsa entera Use solo la cantidad que cree que necesitará para llenar el molde para pastel (con un poco más solo por asegurar).**
5. **Vierta o vierta el concreto en el molde para pastel de aluminio (el molde), llenándolo aproximadamente medio lleno. Golpea el molde para liberar burbujas de aire y usa el agitador para alisar el concreto afuera.**
6. **Coloque la pantalla sobre el concreto en el molde. Vierta más concreto sobre el cribado, llenando el molde aproximadamente 2 / 3 completo. Toque el molde nuevamente para liberar aire burbujas**
7. **Espolvorea las hierbas sobre el concreto, visualizando su energía protectora extendiéndose a través del concreto.**
8. **Vierta más concreto sobre las hierbas, llenando el molde por completo. Toque el molde un tercio Momento mágico para liberar cualquier burbuja de aire.**
9. **Deje reposar el molde durante aproximadamente treinta minutos a una hora (consulte las instrucciones en su bolsa de mezcla de concreto). Esto permitirá que se asiente ligeramente y le dará una superficie más firme. en el que presionar las piedras.**
10. **Coloque las cuatro piedras de obsidiana en forma de estrella en el medio de la piedra, con el plano termina formando un cuadrado en el centro y los puntos orientados hacia el borde del círculo. Presione firmemente ellos en la superficie del concreto. Mientras lo hace, visualice las flechas que repelen cualquier negatividad que se acerca a la piedra.**
11. **Si lo desea, use una ramita o un palo de paleta para dibujar símbolos o escribir palabras en la superficie de la piedra.**
12. **Ahora coloque el trampolín a un lado en un lugar seguro para curar durante al menos dos días, preferiblemente Tres. Nuevamente, verifique las instrucciones en su bolsa de concreto. Tal vez quieras dejarlo más tiempo para estar en el lado seguro para que su piedra no se desmorone si la saca del molde antes de que se haya secado por completo.**

13. Saque la piedra del molde dándole la vuelta y colocándola en el periódico protegido superficie. Afloje suavemente los lados y retire el plato de aluminio para pastel de la piedra. Giro la piedra para que la explosión de obsidiana esté encima.
14. Si eliges, puedes pintar la piedra. Una vez que las pinturas se hayan secado, cubra todos los lados del piedra con un barniz transparente para proteger la superficie.

H APACIDAD S TONO S TONO

Esta piedra atrae alegría y risas. Colóquelo junto a su puerta principal para invitar a esta energía a tu hogar. Con este proyecto, es mejor usar una pequeña piedra prefabricada como base porque cubra toda la superficie con sus gemas y cristales elegidos. Esta técnica usa mortero y lechada para fijar las decoraciones a la piedra prefabricada.

- Papel en blanco más grande que el peldaño prefabricado
- Lápiz
- Peldaño liso prefabricado de hormigón para jardín
- Una selección de gemas y piedras caídas como citrino, ojo de tigre, piedra lunar, sodalita o cuarzo rosa
- guantes de goma gruesos
- Cubo o recipiente de helado de plástico limpio
- Mortero de capa delgada
- agitador de pintura
- Agua
- Paleta de mortero
- lechada de azulejos
- Espátula de goma vieja
- esponja
- Ropa suave

1. Trace el peldaño en el papel en blanco, luego póngalo a un lado. En el papel, organizar las gemas y piedras en un patrón agradable dentro del contorno del peldaño. Use suficientes piedras para llenar el contorno casi por completo, pero las gemas no deberían tocarse El uno al otro. Coloque el papel y las piedras cuidadosamente a un lado.
2. Enjuague el escalón en blanco en agua para eliminar la suciedad. Lavándolo debajo del jardín La manguera funcionará bien.
3. Póngase los guantes de goma. En el balde, mezcle el mortero de capa delgada según el paquete. direcciones. No mezcle todo el paquete. Mezcle solo la cantidad que cree que necesitará para este proyecto, con un poco sobrante solo para estar seguro. Tendrás que cubrir la superficie de su piedra prefabricado a una profundidad de aproximadamente 1 / 2 pulgadas.
4. Uso de la paleta, se extendió un 1 / 4 - 1 / 2 capa pulgadas de mortero sobre la superficie húmeda del escalonamiento Roca. La profundidad dependerá del tamaño de sus gemas. Cuanto más grandes son las piedras preciosas, más profundo el mortero debe ser para sostenerlos con seguridad.
5. Preservando su patrón, transfiera cuidadosamente las piedras del papel al superficie de la piedra, presionándolas en el mortero para que se asienten de manera relativamente uniforme. Hacer Asegúrese de dejar un poco de espacio entre las gemas para la lechada.
6. Coloque la piedra en un lugar seguro para curar durante al menos 12 horas. Lava el balde que usaste para El mortero.
7. Vuelva a ponerse los guantes de goma. En el balde limpio, mezcle la lechada de acuerdo con el paquete direcciones. Nuevamente, no mezcle todo el paquete. Mezcle solo lo suficiente para cubrir la piedra hasta profundidad de aproximadamente 1 / 2 pulgadas, y un poco más para estar seguro.
8. Saque la lechada sobre la superficie de las gemas y alise con la espátula. Asegurarse trabajas la lechada cuidadosamente entre las gemas. Extienda la lechada a los lados de la piedra como bien. Cuando haya terminado, use la espátula para alisar la parte superior de la piedra para eliminar cualquier lechada en exceso.
9. Con una esponja húmeda, limpie suavemente la lechada restante de la parte superior de la piedra y las gemas. Limpie desde el medio hacia afuera para asegurarse de que toda la lechada esté suavizada entre

Las gemas, así como lavaron la parte superior de ellos. Enjuague la esponja con frecuencia para mantenerla limpia. y húmedo Tenga cuidado de no lavar ni restregar la lechada entre las gemas.

10. Deje secar la piedra durante aproximadamente 24 horas. Pula con un paño suave.

Capítulo 8

Conviértete en un sanador natural

T aquí son profundos beneficios espirituales a caminar por el camino de la bruja verde. Al sumergirse en la energía del planeta y su flora, puede alcanzar niveles más altos de conciencia, lo que beneficiará a todos aquellos que interactúa con el entorno en el que vives.

Aunque uno de los objetivos de la bruja verde es curar a otros, nunca es sabio solo entregue tés u otras preparaciones a menos que esté capacitado como un calificado herbalista. Esto es especialmente cierto si la preparación está destinada a mayores o problemas crónicos Si alguien viene a ti quejándose de un malestar estomacal o un dolor de cabeza, sin embargo, puedes usar tu juicio y el conocimiento popular posees para sugerir un tratamiento.

Los pasos de curación

Las brujas verdes son curanderos naturales que buscan calmar el mundo que les rodea. La curación es otra forma de reequilibrar las energías que se han alterado. Pero la curación no puede ser apresurada. Cada paso debe ser experimentado en plenitud y a tiempo. Esto va para curar la tierra, así como a ti mismo, a otras personas, y la comunidad Tienes que aprender del proceso para que cada paso sea completamente sentido, entendido y completado. Hay dos pasos para la curación:

1. Limpieza y / o purificación de la presencia negativa.
2. Reemplazar la presencia negativa con algo positivo

Muchas personas se centran en el primer paso y se olvidan del segundo. Naturaleza aborrece el vacío, y lo que resulta del primer paso es un espacio vacío donde la energía negativa era y qué nueva energía se apresurará a llenar. El problema es que no siempre controlamos qué tipo de energía llena ese espacio. Ganar controla y termina el proceso de curación correctamente, puedes realizar una bendición (que le pide a otra entidad o espíritu que otorgue energía positiva) o canal

energía positiva para fortalecer el objeto o la persona que se está curando. Ser sin embargo, cauteloso de canalizar energía que ya ha sido programada hasta sabes exactamente lo que necesita tu asignatura. Puedes pensar que tu sujeto necesita fuerza, pero la necesidad puede ser por algo diferente. Llenar el espacio vacio con energía simple, no programada, positiva es más segura. Permite que el cuerpo use para lo que sea que requiera.

Para comprender mejor el aspecto curativo del camino de la bruja verde, puedes Investigar las deidades curativas de varias culturas.

Elaboración de tés curativos

Un té es una poción que se puede consumir. Generalmente hecho con agua, lo básico La técnica para preparar un té es por infusión si usa hojas o flores o decocción si está utilizando material herbal más denso, como raíces, tallos, ramitas o corteza.

Hay muchos tés disponibles en el mercado hoy diseñados para ciertos beneficios terapéuticos como alivio del estrés, mejor sueño, alivio del dolor de cabeza, etc. adelante. Si bien puedes usar estos tés comerciales, cuando creas

tu sabes exactamente lo que está pasando en ellos. También puedes evitar hierbas a las que eres sensible y usa las hierbas que prefieras.

Recuerde que tomar algo internamente sin investigarlo puede ser peligroso. Estas recetas no están destinadas a ser utilizadas como medicamentos autorizados Consejo; se ofrecen aquí como sabiduría popular.

Todas las siguientes recetas se pueden hacer con hierbas frescas o secas. Si usa hierbas frescas, aumente la cantidad de materia vegetal a 1 cucharada por taza de agua hirviendo para una sola porción y hacer solo lo suficiente para tantas porciones como pretendes prepararte de inmediato. Las mezclas frescas no se pueden almacenar.

M ARSHMALLOW T EA

Este té es para el tratamiento de dolor de garganta o problemas digestivos. Sus asociaciones mágicas Son protección y curación.
Hace 1 taza

- **1 cucharada (2 / 3 onzas) secos picados raíz de malvavisco**
- **1 taza de agua**

1. **Coloque la raíz de malvavisco en el agua.**
2. **Lleve a fuego lento y cocine a fuego lento durante 10 minutos.**
3. **Retirar del fuego y dejar reposar durante otros 10 minutos.**
4. **Colar y beber.**
5. **Tomar según sea necesario durante todo el día.**

S AGE G Argle

Este té es bueno para el tratamiento de resfriados y dolor de garganta. Sus asociaciones mágicas son sabiduría, protección y purificación.
Hace 1 / 2 taza

- **1 / 2 taza de agua**
- **1 cucharada de salvia seca (o 5-6 hojas de salvia fresca)**

1. **Hervir el agua y verter sobre las hojas de salvia.**
2. **Empinada durante 7 minutos.**
3. **Colar en una botella esterilizada y guardar en la nevera. Para usar, tome 1 cucharada y haga gárgaras para 1 minuto. No lo tragues.**

T ONIC T EA

Este té se usa para limpiar la sangre y tonificar el sistema digestivo. Es mágico Las asociaciones son protección y curación.
Hace aproximadamente 1 / 4 taza (2 onzas) de la mezcla de té; 1 cucharada de la mezcla de té hace 1 1 / 2 tazas de té

- **1 cucharada de romero**
- **1 cucharada de milenrama**
- **1 cucharada de marrubio**
- **1 cucharadita de salvia**
- **1 hoja grande de hierba gatera**
- **1 1 / 2 tazas de agua hirviendo**
- **1 cucharada de miel (opcional)**

1. **Mezcle las hierbas secas en un frasco pequeño.**
2. **Para Brew, pour 1 1 / 2 tazas de agua hirviendo sobre 1 cucharada de la mezcla de hierbas y empinada por 7-10 minutos.**
3. **Colar y beber. Si encuentra este té demasiado amargo, es posible que desee agregar una cucharadita completa de miel.**

D IGESTIVE T EA

Este té es bueno para el tratamiento de la acidez estomacal, malestar estomacal y gases. Es mágico
La asociación es prosperidad.
1 cucharadita de la mezcla de té hace 1 taza de té

- 1 parte de menta
- 1 parte de albahaca
- 1 parte de semillas de eneldo
- 1 taza de agua hirviendo

1. Mezcle las hierbas secas en un frasco pequeño.
2. Para preparar, vierta 1 taza de agua hirviendo sobre 1 cucharadita de la mezcla de hierbas.
3. Empinada 7-10 minutos. Colar y beber.

C OLD T EA

Este té es para el tratamiento de los resfriados. Sus asociaciones mágicas son energía y curación.
1 cucharadita de la mezcla de té hace 1 taza de té

Page 129

- 1 parte de jengibre
- 1 parte de flores de saúco
- 1 parte de milenrama
- 1 taza de agua hirviendo

1. Mezcle las hierbas secas en un frasco pequeño.
2. Para preparar, vierta 1 taza de agua hirviendo sobre 1 cucharadita de la mezcla de hierbas.
3. Empinada 5-7 minutos. Colar y beber.

B EDTIME T EA

Este té es bueno para ayudar a dormir. Sus asociaciones mágicas son paz, armonía, curación, amor, y felicidad.
1 cucharadita de la mezcla de té hace 1 taza de té

- 1 parte de lavanda
- 1 parte de hierba gatera
- 1 parte de verbena
- 1 parte de manzanilla
- 1 taza de agua hirviendo

1. Mezcle las hierbas secas en un frasco pequeño.
2. Para preparar, vierta 1 taza de agua hirviendo sobre 1 cucharadita de la mezcla de hierbas.
3. Empinada 5-7 minutos. Colar y beber.

L OVE T EA

Este té es para relajarse y celebrar el amor. Sus asociaciones mágicas son amor, felicidad, paz y harmonia.
1 cucharadita de la mezcla de té hace 1 taza de té

- 1 parte de pétalos de rosa
- 1 parte de lavanda
- 1 parte de jazmín
- Una pizca de canela (opcional)
- 1 taza de agua hirviendo

1. Mezcle las hierbas en un frasco pequeño.
2. Para preparar, vierta 1 taza de agua hirviendo sobre 1 cucharadita de la mezcla de hierbas.
3. Empinada 5-7 minutos. Colar y beber.

M ENTAL F OCUS T EA

Este té está destinado a la concentración mental, la concentración, la agudización de la memoria y el estudio. Sus Los usos mágicos son salud, protección, felicidad y paz.
1 cucharadita de la mezcla de té hace 1 taza de té

- **1 parte de romero**
- **1 / 2 hierbabuena parte**
- **1 taza de agua hirviendo**

1. Mezcle las hierbas en un frasco pequeño.
2. Para preparar, vierta 1 taza de agua hirviendo sobre 1 cucharadita de la mezcla de hierbas.
3. Empinada 5-7 minutos. Colar y beber.

130

Aceites Esenciales Potenciadores de Energía

Un aceite es una forma práctica de transportar la esencia de una hierba u otro objeto natural. Las formas básicas para preparar un aceite son por enfleurage o por maceración (ver Capítulo 7) Si prepara sus propios aceites, tendrán el beneficio adicional de ya está en sintonía con usted y su energía personal, aunque debería todavía déles poder antes de usarlos como lo hace con cualquier suministro. No todos pueden preparar un stock completo de tantos aceites como les gustaría tener. Dos clases de los aceites están generalmente disponibles para la compra en tiendas: aceites esenciales, que transportar la esencia pura de la planta en un aceite portador y aceites de perfume, que son perfumado artificialmente

A la mayoría de las brujas verdes les gusta usar un producto tan puro como sea posible en su trabajo y por lo tanto elegirá un aceite esencial sobre un aceite de perfume. Un aceite esencial está preparado directamente de la planta original, lo que significa que cuando lo usas en trabajos mágicos o medicinales se garantiza que transporta la energía original de La planta junto con sus beneficios químicos.

Un aceite esencial es más caro que el aceite de perfume, pero también lo será. más fuerte; solo una o dos gotas son necesarias para involucrar la energía de la planta. El aroma de un aceite de perfume es menos preciso que en un aceite esencial y no llevar la firma energética de la planta. Aunque comerciantes irresponsables a veces intento vender aceites de perfume artificiales como aceites esenciales, el los precios comparativos son una buena guía para identificar qué es esencial y qué Es perfume. Cuando los aceites esenciales puros como el jazmín y la rosa se venden por más de $ 100 por unos pocos mililitros, puede detectar un sustituto de aceite artificial cuando alguien intenta vendértelo por $ 20. Puedes mezclar aceites esenciales y perfumes aceites

Los aceites generalmente se usan para ungir, pero también se pueden agregar a baños, popurrí y bolsitas Ya sea que cree una mezcla personal o use una mezcla hecha de lo siguiente recetas, puede agregar una o dos gotas a cualquier proyecto que emprenda con ese propósito mágico para agregar energía y potencia extra.

Mezclar aceites es una actividad maravillosa que permite la experimentación y Expresión personal y también mejora su intuición personal. Habrá momentos en que te sientes inspirado para agregar una o dos gotas de un determinado aceite que no fue en tu receta original Hazlo y toma nota de la adición. Cuando el aceite ha madurado, realice una detección de energía y escriba sus observaciones en tu diario bajo la nueva receta. ¿Cómo ha cambiado la energía? Usa el aceite y tenga en cuenta sus resultados. Así es como las recetas evolucionan con el tiempo y llegan a reflejar el crecimiento personal y la comprensión de la bruja verde.

P ERSONAL O IL B LEND

Crear un aceite específicamente para representarte a ti mismo y tu energía te da una botella esencia que puede usarse para una multitud de propósitos.

- **Aceites (su elección)**
- **Platos pequeños, cuencos o viales vacíos.**
- **Contenedor con tapa hermética para la mezcla final de aceite.**

1. **La receta de esta mezcla depende de ti. Piensa en tus hierbas, flores y flores favoritas. arboles Piensa en los elementos con los que resuenas. Piensa en el color de las plantas que Los aceites se derivan y el aroma.**
2. **En su cuaderno de brujas verdes, haga una lista de estos elementos. No tienes que limitarlos a aceites que ya tienes a mano. Piense también en las emociones u objetivos que desea incluir. en tu mezcla ¿Eres creativo? ¿Eres un excelente comunicador? ¿Eres un cuidador?**
3. **Luego, busque correspondencias para las plantas en su lista, luego busque plantas que corresponden a los rasgos y objetivos en su lista. Escriba esta información en su diario.**
4. **Ahora comience a reducir la lista. Usa tu intuición y considera la importancia de lo que corresponde a lo que.**
5. **Cuando tenga una lista manejable de entre tres y trece elementos, calcule su dimensiones. ¿Cuánto de cada aceite? Para comenzar, es posible que desee combinar todo en un proporción de una parte cada uno. También puede usar un aceite como base y agregar solo trazas de otros. Independientemente de cómo mezcle su aceite personal, la forma en que lo arma depende de usted.**
6. **Cuando haya calculado sus proporciones, eche un vistazo a su stock de aceites. Si tu eres aceites faltantes, decida si los hará usted mismo (lo que requerirá tiempo) o compre ellos. También deberá decidir si utilizará aceites esenciales o aceites de perfume. Recuerde, puede mezclar estos aceites juntos.**
7. **Para mezclar su aceite personal, mida las proporciones apropiadas de sus aceites elegidos y coloque cada uno en un plato pequeño individual o limpie el vial vacío.**
8. **Uno por uno, vierta los aceites en su recipiente elegido. Agítalos juntos.**
9. **Potencia la mezcla final de aceite sosteniéndola en tus manos y visualizando tu personal energía que fluye de tus manos hacia el aceite. Continúe hasta que sienta que el aceite ha sido completamente potenciado con tu energía.**
10. **Cubra y etiquete su mezcla personal de aceite. Anote la fecha, los ingredientes finales y el proporciones en tu diario de brujas verdes.**

Las siguientes son recetas de aceite que puede usar. También pueden inspirarte a Crea nuevas recetas. ¡No tome estos aceites internamente! Mezclar los aceites por siguiendo los pasos del 7 al 10 en la receta anterior de Personal Oil Blend. Si el la receta requiere una adición de materia herbal, agréguela al final.

UN DESPERTAR Y UNA VIDA O IL

Las asociaciones mágicas de este aceite son la felicidad, la salud, la protección y la energía.

- **1 parte de romero**
- **1 parte de menta**
- **1 parte de naranja**
- **1 / 2 parte limón**
- **1 / 2 tomillo parte**

P ACIENCIA

Las asociaciones mágicas de este aceite son la paz, la armonía y el amor.

- **1 parte de rosa**

• 1 parte de lavanda
• 1 parte de pino

C LEAR D ECISIONES

Las asociaciones mágicas de este aceite son pensamiento claro, armonía, salud y protección.

• 1 parte de pino
• 1 parte de romero
• 1 parte de salvia

P ROSPERIDAD

Las asociaciones mágicas de este aceite son movimiento y energía.

• 1 parte de menta
• 1 parte de albahaca
• 1 parte de canela
• 1 parte de pino

H ALUD

Las asociaciones mágicas de este aceite son salud, comunicación y fuerza.

• 1 parte de tomillo
• 1 parte de eucalipto
• 1 parte de pino
• 1 parte de jengibre

P EACE

Las asociaciones mágicas de este aceite son la meditación, la espiritualidad y la armonía.

• 1 parte de violeta
• 1 parte de lavanda
• 1 parte de jazmín
• 1 parte de sándalo

P ROTECCIÓN

Las asociaciones mágicas de este aceite son protección, sabiduría y purificación.

• 1 parte de salvia
• 1 parte de sándalo
• 1 parte de angélica
• 1 diente
• Pizca de sal

L OVE

Las asociaciones mágicas de este aceite son el amor y la armonía.

• 1 parte de rosa
• 1 parte de jazmín
• 1 / 2 geranio parte
• 1 / 4 de vainilla parte

Baños regeneradores y sales de baño

Un baño es una cosa mágica. El agua en sí es un elemento curativo y calmante, y Cuando le agregas una poción, puedes crear una amplia gama de efectos.

Para evitar tener hojas, tallos y otros pequeños trozos de materia verde. flotando en su bañera y obstruyendo el drenaje, puede hacer una infusión o una decocción y viértalo en el agua del baño. También puedes poner un par de cucharadas de una mezcla de hierbas dentro de un calcetín o calcetín viejo, átele un nudo, y tíralo debajo del agua corriente mientras llenas la bañera. El resultado en un infusión elaborada directamente en su baño. Quítese el calcetín o la media antes entras o lo dejas para fortalecer aún más la infusión mientras te bañas. Cuando lo quites, cuélgalo y déjalo secar, luego deshace el nudo y gírelo al revés para limpiar la hierba seca. Puedes reutilizar el calcetín o media Alternativamente, puede hacer una bolsita de baño reutilizable cosiendo dos toallitas juntas en tres lados, dejando la parte superior abierta. Coser 12 pulgadas de cinta o cuerda a una costura lateral aproximadamente un tercio del camino hacia abajo. Coloque cucharadas de hierbas secas o frescas en el interior (no más de 1 / 2 taza), luego junte el extremo abierto y cierre la bolsa envolviendo la cinta o colócalo firmemente y ata un arco. Puedes colgar esta bolsita de baño debajo el grifo mientras el agua corre o tíralo y déjalo en remojo.

También puedes usar aceites en tu baño. Si usa aceites esenciales, haga Asegúrese de usar solo tres gotas en total. Cualquier otra puede irritar su piel o abrumar su sistema. Recuerde, los aceites esenciales son extractos concentrados. que llevan productos químicos Es fácil sobredosis de ellos. Si prefieres bañarte con mucho aceite, mezcle esas tres gotas en un cuarto de taza de un aceite portador, como jojoba o aceite de almendras dulces, luego vierta todo el aceite en su baño. yo recomiendo que haces esto con aceites esenciales y de perfume porque tu piel puede Sé sensible a ambos. Agregar unas gotas a un aceite portador hace que sea más seguro Experiencia de baño.

Para un tipo diferente de baño, mezcle las gotas de aceite en 1 taza de leche y vierta eso en el agua corriente.

SALES DE BAÑO

Las sales de baño son una forma encantadora de relajarse y absorber energía mágica al mismo tiempo. hora. La sal es una sustancia purificante natural que también ayuda a relajar el tiempo músculos. Sin embargo, cuando una receta de sal de baño requiere sal, no significa mesa

sal. Se deben usar sales de Epsom, sal marina, sal kosher o una combinación. usted puede comprar sal marina en tiendas de alimentos naturales y en muchos supermercados. Tu puedes comprar sal kosher en supermercados o tiendas especializadas judías. Las sales de Epsom pueden ser encontrado en su farmacia.

Otros aditivos para las sales de baño caseras incluyen leche en polvo, colorante vegetal, hierbas en polvo y cristales o piedras. Si agrega aceite, tiene un exfoliante de sal.

Puede mezclar y almacenar sus sales de baño en tarros de cristal, pero recuerde que La sal puede corroer las tapas metálicas. Busque frascos con tapas de vidrio provistas de sellos de plástico, frascos con tapas abatibles o frascos con tapas de corcho. Nunca almacene el baño sales en una lata de metal o se oxidará, y tenga en cuenta que un recipiente de plástico tienden a absorber el aroma de las sales, lo que dificulta su reutilización.

En general, use 1 cucharada a 1/4 taza de estas sales en su baño. Si tu prefiera mucha sal en su baño, aumente la cantidad lentamente para asegurarse de que no irrites tu piel o sistema.

B ASIC B ATH S ALT R ECIPE

Use esta receta como base para sus propias sales de baño mágicas. Puedes usar cualquier combinación de sal marina, sales de Epsom y sal kosher.
Rinde 4 tazas (32 onzas)

• 2 tazas de sal marina u otras sales
• 2 tazas de bicarbonato de sodio
• Frasco de vidrio con tapa hermética, lo suficientemente grande como para contener 32 onzas.

1. Combine los ingredientes en la licuadora o procesador de alimentos. Licuar hasta combinar y reducir a polvo fino.
2. Almacenar en un frasco con tapa hermética.
3. Para el uso, vierta 1 / 2 taza de las sales en el baño con agua corriente.

A esta receta básica puede agregar cualquiera o todos los siguientes:

• 3-5 gotas de aceite (s) esencial (es)
• 2 cucharaditas de hierbas secas finamente molidas
• 1-3 gotas de colorante alimentario
• Si su piel tiende a estar seca, agregue 1 cucharadita de glicerina líquida (disponible en farmacias) para Hidrata tu piel.
• 1 parte de avena finamente molida
• 1 / 2 parte almendras finamente molidas

P ROSPERITY B ATH S ALTS

Use esta receta cuando sienta que necesita aumentar su energía personal de prosperidad.
Hace 2 1 / 2 tazas (20 onzas)

• 1 taza de sal marina
• 1 taza de sales de Epsom
• Frasco de vidrio con tapa hermética, lo suficientemente grande como para contener 20 onzas.
• 3 gotas de aceite de naranja
• 2 gotas de aceite de canela O 1 cucharadita de canela molida

• 1 / 4 hojas de menta planta taza
• 3 gotas de colorante vegetal verde (opcional)

1. Coloque las sales en una licuadora o procesador de alimentos y mezcle para combinar y reduzca a un fino polvo. Verter las sales en el frasco y taparlo. Agitar para combinar las sales.
2. Abra el frasco nuevamente. Agregue las gotas de aceite y las hierbas molidas. Tapa la jarra y agita bien mezclar.
3. Si usa colorante para alimentos, abra el frasco y agregue 3 gotas. Tape y agite bien para mezclar. Se consciente que un poco de colorante alimentario es muy útil; No agregues mucho. Si quieres el color más oscuro, agregue 1–2 gotas más y mezcle nuevamente. El color se agrega simplemente para mejorar la prosperidad energía de los otros ingredientes. Si asocias otro color con la prosperidad, entonces por todos significa sustituirlo.
4. Para uso, vierta 1 / 2 taza de las sales en su baño con agua corriente.

BAÑOS DE LECHE

Hay algo notablemente lujoso en agregar leche a su agua de baño La leche tiene una acción maravillosamente suavizante sobre la piel. No haga, sin embargo, use baños de leche si es sensible a los productos lácteos.

La receta más simple para un baño de leche es tomar 1 taza de leche entera (no use leche descremada o incluso parcialmente descremada) y viértala en su agua de baño. por acción suavizante adicional, agregue 1 cucharada de miel a la taza de leche y agite está a punto de dispersarlo antes de verterlo en el agua. Si quieres, puedes

calienta la leche primero para ayudar a mezclar la miel: calienta la leche de miel
mezcla en el microondas durante 1 minuto. También puede agregar unas gotas de aceite a la leche tibia antes de verterla en tu baño. Girando para combinar el aceite con la leche ayuda a dispersar el aceite por el agua del baño, en lugar de solo dejándolo flotar en la superficie del agua.

Si desea preparar polvos de baño de leche con anticipación y almacenarlos, use leche en polvo. Cuando agrega una cucharada al agua de su baño, se disuelve y funciona igual que la leche fresca.

Oatmeal Milk Bath

La combinación de avena, un suavizante de piel conocido y la leche en esta mezcla de baño hace que Un baño deliciosamente relajante. Pruébelo si está quemado por el sol o para suavizar la piel áspera. Tú también puedes agregue hierbas o un par de gotas de aceite a la siguiente receta.
Rinde 4 tazas (32 onzas)

- **1 taza de maicena**
- **2 tazas de leche en polvo**
- **1 taza de avena seca**
- **Frasco de vidrio con tapa hermética, lo suficientemente grande como para contener 32 onzas.**

1. **Coloque todos los ingredientes en un procesador de alimentos o licuadora. Mezcle para combinar hasta que se reduzca a un polvo fino. Verter en el frasco.**
2. **Para utilizar, espolvorear 1/2 taza de la mezcla de baño seco bajo el grifo durante la ejecución de su baño.**

Herbal Milk Bath

Page 136

Este baño de leche básico y simple es una base excelente para cualquier adición de hierbas, por lo que es adaptable a cualquier necesidad mágica. Para un ablandamiento adicional, puede usar el baño de leche de avena como una base
Rinde 3 tazas (24 onzas)

- **1 taza de maicena**
- **2 tazas de leche en polvo**
- **2 cucharadas de hierbas secas**
- **Frasco de vidrio con tapa hermética, lo suficientemente grande como para contener 24 onzas.**

1. **Coloque todos los ingredientes en una licuadora o procesador de alimentos. Licuar hasta combinar y reducir a polvo fino. Verter en el frasco.**
2. **Para utilizar, añadir 1/2 taza de polvo para baño con agua corriente.**

Aquí hay algunas mezclas de hierbas sugeridas para agregar a los baños de leche:

- **Baño de energía invernal:** nuez moscada, canela, pizca de jengibre
- **Baño de jardín de verano:** lavanda, rosas, verbena, una pizca de ralladura de naranja
- **Baño de bronce de otoño:** amapola, nuez moscada, sándalo
- **Baño Spring Dawn:** lavanda, jazmín, flor de manzana

Hacer elixires restaurativos

Los elixires se pueden usar para ungir objetos, y también personas, siempre que no hecho con componentes tóxicos. Algunos pueden ser consumidos también. Elixires también se pueden usar como objetos: se pueden preparar y embotellar, luego colocar algún lugar para trabajar su efecto sobre los alrededores.

ELIXIRES DE PIEDRA

Empina una piedra en el agua durante un tiempo medido a la luz solar o luz de la luna. Puede dejar la piedra en el líquido y renovar el líquido como

necesario. Asegúrese de que la piedra esté limpia y enjuagada bien antes de úsalo. También asegúrese de haber limpiado la piedra de cualquier energía extraña mediante cualquiera de los métodos descritos en el Capítulo 5 .

ELIXIRES DE COLOR

Vierta agua en un frasco o botella de vidrio de color limpio, luego déjelo al sol o luz de la luna por un período de tiempo específico. La luz que pasa por el El vidrio coloreado impregnará el líquido del interior con la energía del color. Personas a menudo beben elixires de color si sienten que les falta la energía de ese cierto color.

Si no puede encontrar un frasco o botella del color que necesita, tome un pedazo de papel de color y envuélvalo alrededor de una botella o frasco de vidrio transparente. Verter el agua en la botella y déjalo durante un ciclo lunar completo.

Page 138

Capítulo 9

Recetas de cocina de bruja verde

W E debe recordar que el comer es un acto sagrado. Al consumir un alimento, ya sea a base de animales o plantas, forjamos una conexión con la naturaleza, la fuente de alimento. Al tomar este alimento en nuestros cuerpos, también honramos presencia de la naturaleza dentro de nuestras vidas, y reconocer nuestro lugar dentro de la orden natural. Cosechar y preparar alimentos también son actos sagrados que tendemos para comprimir en la menor cantidad de tiempo posible para liberar nosotros mismos para otras cosas. Cuando entendemos que el acto de preparar la comida es el tejido consciente de varias energías para lograr un objetivo específico, y que comer con intención conduce a nuestra asimilación de aquellos energías, entendemos que preparar y comer alimentos con conciencia da Estas acciones otra dimensión de significado. Este capítulo explora el energías asociadas con diferentes alimentos y ofrece algunas ideas sobre cómo combínalos en deliciosas recetas.

Aproveche las energías de las frutas

La fruta es el método de reproducción de una planta y lleva una energía basada en fertilidad y abundancia. Toda fruta lleva semillas, que son el comienzo de la vida. Si consumimos las semillas o no, su energía fértil impregna el fruta entera La fruta también es una excelente manera de consumir energía estacional, para diferentes frutas aparecen en diferentes puntos del ciclo estacional.

ASOCIACIONES MÁGICAS DE FRUTAS

Use esta lista de correspondencias para ayudarlo a seleccionar sus propias combinaciones de fruta para ensaladas, pasteles y batidos:

- **Manzana:** salud, longevidad, amor.
- **Pera:** salud, prosperidad, amor.

- **Naranja:** alegría, salud, purificación.
- **Limón:** purificación, protección, salud.
- **Lima:** felicidad, purificación, curación.
- **Uva:** prosperidad, fertilidad.
- **Kiwi:** fertilidad, amor
- **Plátano:** fertilidad, fuerza.
- **Mango:** espiritualidad, felicidad.
- **Melocotón:** espiritualidad, fertilidad, amor, armonía.
- **Piña:** prosperidad, suerte, protección.
- **Ciruela:** amor, tranquilidad.
- **Melones:** amor, paz.
- **Fresas:** amor, paz, felicidad, suerte.
- **Frambuesas:** fuerza, coraje, curación.
- **Arándanos:** tranquilidad, paz, protección, prosperidad.
- **Moras:** prosperidad, protección, abundancia.
- **Arándanos:** protección, curación.

RECETAS DE FRUTAS

La fruta es tan deliciosa por sí sola que rara vez necesita algo complicado. preparación. Las siguientes recetas aprovechan esta simplicidad.

F RUIT B OWL

Esta receta simple reúne fruta de temporada en un tazón para exhibición y consumo, haciendo es parte artesanal, parte hechizo, parte receta. Incluya tuercas para el interés visual y para agregar un toque de fertilidad y abundancia a su exhibición. Prepare una selección de frutas de temporada, por ejemplo:

- **Primavera: fresas, melón, cerezas**
- **Verano: naranjas, toronjas, limones, limas, duraznos, nectarinas, ciruelas, bayas**
- **Otoño: manzanas, ciruelas, duraznos, uvas.**
- **Invierno: nueces, manzanas, naranjas**

1. **Lave las frutas y séquelas con un paño limpio o una toalla de papel.**
2. **Arregle la fruta en un tazón grande de vidrio en una exhibición agradable. Úselo como una ofrenda durante un ritual de temporada, como pieza central, o como desayuno o postre.**

P ROSPERIDAD F RUIT S ALAD

Este desayuno o postre de temporada reúne frutas asociadas con la prosperidad y abundancia. Elija la cantidad que desee de cada fruta.

- **Trozos de piña fresca**
- **arándanos**
- **Cerezas, sin hueso y cortadas a la mitad**
- **Uvas, cortadas por la mitad, sin semillas**
- **Manzanas, cortadas en cubitos**
- **Peras, cortadas en cubitos**

• 1 cucharadita de jugo de limón
• 1 / 4 taza de azúcar

1. Lave, seque y corte la fruta en trozos de tamaño apropiado.
2. Combine la fruta en un tazón. Espolvorea jugo de limón sobre la fruta.
3. Espolvoree el azúcar sobre la fruta y deje reposar durante 1 hora.

BEBIDAS DE FRUTAS

Hay algo notablemente satisfactorio en hacer una bebida de frutas. Una vez que se haya completado toda la preparación, puede disfrutar de la bebida sin obtener tus dedos pegajosos Hay dos tipos básicos de batidos, aquellos hechos con fruta y jugo y aquellos hechos con fruta y leche, crema, yogurt o hielo crema. Estas bebidas fáciles de preparar combinan varias frutas para crear un deliciosa poción para la prosperidad, la salud o el amor.

Al igual que las frutas, los productos lácteos están mágicamente asociados con la abundancia, el amor y la comodidad, así que si la energía láctea apoya tu objetivo mágico, luego incluye leche o crema u otros productos lácteos productos en tu receta de batidos.

Los jugos de frutas básicos para incluir en sus batidos no lácteos incluyen manzana, pera y uva blanca. También puede usar arándano y naranja, pero estos tienen un sabor más fuerte y puede no complementar la mezcla de frutas elegida. Como tu experimente con batidos, puede agregar una cucharadita de limón o jugo de lima a su creación para mejorar el sabor.

N ONDAIRY F RUIT S MOOTHIE

Esta receta hace una porción, pero se puede aumentar para servir más. Si eliges usar sandía como una de las frutas, omita el jugo en su receta de batido o se convertirá también Delgado.

• Su elección de fruta (vea la lista anterior de fruta para correspondencias)
• 1 / 4 taza de jugo de fruta (manzana, pera o uva blanca)
• 1 / 4 de azúcar -1 cucharadita, o al gusto (opcional)
• Fruta para decorar

1. Pelar, sembrar y picar la fruta.
2. Coloque la fruta en cubitos en la licuadora con el jugo y el azúcar, si se usa.
3. Cubra y mezcle hasta que quede suave.
4. Verter en el vaso. Decorar con fruta en el borde o colocar el vaso en un plato o plato pequeño y arregle un poco de fruta alrededor de la base como guarnición.

D AIRY F RUIT S MOOTHIE

Esta versión del batido de frutas incorpora el yogur como uno de los ingredientes. Para bebida más delgada, use leche; Para un postre más espeso, más dulce y más parecido a un postre, use helado. por leches no lácteas, pruebe con leche de almendras o leche de soja, que tienen un sabor dulce. (Omitir azúcar si usa leches no lácteas)

• 3 / 4 de la fruta -1 taza de su elección
• 1 / 4 yogur natural taza
• 1 cucharadita – 1 cucharada de azúcar (opcional)
• Fruta para decorar (opcional)

1. Pelar, sembrar y picar la fruta.
2. Coloque la fruta en la licuadora con el yogur y el azúcar, si está usando.
3. Licuar hasta que quede suave.

4. Verter en el vaso. Decora el vaso con fruta o colócalo en un plato o plato pequeño y decora alrededor de la base del cristal.
5. Si la bebida es demasiado espesa, agregue un poco de leche. Si no es lo suficientemente grueso, devuélvalo a la licuadora y agrega más fruta.

Integra el poder de las flores

Aunque generalmente pensamos en hierbas cuando pensamos en saborizantes, las flores pueden También se puede utilizar para cocinar y hornear para proporcionar un sabor maravillosamente sutil. Puede agregar flores enteras o pétalos a su comida, pero a menudo desea sabor sin la materia vegetal real. Los jarabes, las aguas y los pétalos preservados son todas formas prácticas de usar aromas florales. Para asociaciones mágicas de flores, ver Capítulo 5 .

Una sorprendente cantidad de flores son comestibles. Explore las flores disponibles en su área para descubrir cuál se puede comer de manera segura al revisar el botánico nombre de sus variedades locales contra un libro confiable. En general, lo siguiente son seguros para comer, siempre que no hayan sido tratados con pesticidas o hayan crecido en suelo cuestionable:

- angélica
- flores de manzana
- Albahaca
- bálsamo de abeja
- borraja
- caléndula
- manzanilla
- Achicoria
- diente de león
- Flor de saúco
- lavanda
- lila
- tilo
- apio de monte
- Menta
- capuchina
- Pensamiento

- Trébol rojo
- Violeta

FLORES DE CARAMELO

Esta es una manera encantadora de preservar las flores para su uso futuro. Úsalos para decorar pasteles y postres o como una ofrenda en un ritual.

Los huevos están asociados con la prosperidad, la curación, la protección y la salud. Azúcar está asociado con el amor y la felicidad. La flor comestible que eliges los dulces llevarán su propia energía específica. Sugiero flores como rosa pétalos (amor, felicidad), violetas dulces (paz, armonía), capuchinas (protección, curación), pensamientos (amor, felicidad) y ramitas de lavanda (paz, felicidad, armonía). Algunas hierbas como el romero también hacen interesantes

ramitas confitadas para una adición ligeramente sabrosa a los postres con sabores cítricos. ¡Experimentar!

B ASIC C ANDIED F BAJAS

- 2 tazas de flores comestibles orgánicas variadas
- 1 / 2 de azúcar superfina taza (o azúcar de la fruta)
- 1 / 4 claras de huevo (3 taza de claras de huevo), golpeados
- pinzas
- Pincel pequeño
- Cuchara
- cuencos
- Papel encerado
- Recipiente hermético

1. Lave y seque suavemente las flores. Puede separar los pétalos individuales de los tallos o corta toda la flor del tallo. Desechar el tallo y las hojas.
2. Coloque el azúcar en un tazón, las claras batidas en otro tazón.
3. Recoge la flor o pétalo con las pinzas. Usando el pincel, pinta una capa delgada de huevo blanco en todas las superficies de la flor o pétalo.
4. Coloque suavemente la flor en el bol de azúcar. Con la cuchara, espolvoree más azúcar sobre el flor para cubrirlo por completo.
5. Usando las pinzas, retire la flor del tazón y colóquela suavemente sobre el papel encerado.
6. Continuar con el resto de las flores.
7. Espolvorea las flores sobre el papel encerado con más azúcar, si es necesario. Dejar secar hasta endurecido, al menos 8 horas. Si su entorno es húmedo, coloque las flores en un papel de aluminio cubierto bandeja para hornear en lugar de papel encerado, y colóquelo en un horno apenas tibio (150 ° F) con la puerta abierto por aproximadamente 2 horas. Las flores deben estar completamente secas antes de ti empaquételos cuidadosamente entre capas de papel encerado en el recipiente hermético.

AGUAS FLORALES

Aunque las aguas florales se pueden usar para hornear donde cualquier receta requiere agua, también se conocen como hermosas salpicaduras faciales. El agua de rosas es quizás el mejor conocido, aunque puedes hacer varias variaciones con flores comestibles.

Piense en las asociaciones mágicas para cualquier propósito que quiera usar agua, y elija las flores en consecuencia. Intenta enfriar un agua floral en un rocíe la botella, luego rocíelo en la cara y el cuerpo como una forma maravillosa de Refréscate en el verano. También puedes mezclar aguas florales. Preparar cada agua por separado, una flor por agua, luego combine las aguas florales en nuevas mezclas Por ejemplo, intente mezclar aguas de lavanda y violetas para obtener una luz, forma refrescante de refrescarse antes de acostarse en verano o mezclar naranja y Un toque de menta para un spray de invierno. Recuerde usar solo flores que tengan No ha sido rociado con productos químicos.

Si desea almacenar el agua floral por más de una semana para el futuro use, congele el agua en una bandeja de cubitos de hielo limpia. Saca los cubos congelados del bandeja y guárdelos en bolsas con cremallera claramente etiquetadas.

Puede aumentar o disminuir la siguiente receta siempre que conserve el dimensiones. Si haces un agua floral y no estás satisfecho con el resultados, aumente o disminuya la cantidad de pétalos la próxima vez que lo haga. Recuerde, las aguas florales no deben ser infusiones o tés fuertes; ahí debería ser el más mínimo indicio de aroma y sabor floral.

R OSE G ERANIUM W ATER

Esta receta utiliza las hojas fragantes del geranio rosa perfumado. Puedes usar esta agua para

reemplace el agua requerida en cualquier receta. El geranio rosa está mágicamente asociado con el amor y paz.

- 3 hojas grandes de geranio rosa, lavadas
- Frasco de vidrio con tapa (1 litro o medio litro)
- 2 tazas de agua hirviendo

1. Coloque hojas de geranio rosa en el frasco y vierta el agua hirviendo sobre ellas. Deje reposar hasta que se enfríe
2. Retirar las hojas. Almacene agua floral en el refrigerador hasta 1 semana.

JARABES DE FLOR

Los jarabes florales son un sustituto encantador de la miel para endulzar el té. Son también una delicada delicia vertida sobre helado de vainilla y pastel de ángel para un postre simple

V IOLET S YRUP

Haga este jarabe con violetas dulces recién cortadas. Recuerde usar solo flores sin rociar y asegúrese de lavarlos y secarlos bien. Las violetas fomentan la armonía y la paz, mientras que las El azúcar endulza cualquier situación. Las asociaciones mágicas de este jarabe son paz, armonía, y felicidad.

Produce aproximadamente 1 cuarto de jarabe

- 2 tazas de agua, divididas
- 2 tazas de flores violetas
- 2 cuencos profundos de vidrio o porcelana
- colador
- tela de queso
- Olla pesada (trata de usar vidrio si puedes; algunas personas piensan que el metal puede afectar el sabor)
- 3 tazas de azúcar granulada
- 1 1 / 2 jugo de limón cucharadas
- Limpie la botella de vidrio o frasco con tapa
- Agua con gas o gaseosa

1. Hervir 1 taza de agua.
2. Coloque los pétalos de violeta en un recipiente hondo de vidrio y cúbralos con agua hirviendo. Deje reposar por 24 horas
3. Cubra el colador con una gasa y vierta la infusión de violeta a través de él en el segundo cuenco. Exprima las flores violetas para obtener lo último de la infusión. Desechar las flores.
4. En la olla, hierva el azúcar, el jugo de lima y la segunda taza de agua. Hervir con cuidado hasta se espesa un poco.
5. Agregue agua violeta. Lleve la mezcla a ebullición y hierva hasta que espese una vez más, 5–10 minutos.
6. Retirar del fuego y verter en una botella o frasco limpio; gorra, etiqueta y fecha. Almacenar en el refrigerador.
7. Para servir, cuchara aproximadamente 1 / 4 taza de jarabe en la parte inferior de un vaso alto y verter agua con gas sobre ella. Revuelva para dispersar el jarabe. Agrega hielo. Ajuste la cantidad de jarabe a Agua según su gusto.

También puede agregar el jarabe a una base dulce como ginger ale o refresco de lima-limón, en el que ajuste la cantidad de jarabe que usa a 1 cucharada (o al gusto). Intenta agregar un rocíe un poco de jarabe para endulzar su café o té, o para calentar la leche para un placentero refrigerio antes de acostarse.

AZÚCAR DE FLORES

Los azúcares florales delicadamente aromatizados son una delicia para mezclar con el té.

L AVENDER S UGAR

Este azúcar es diferente de un azúcar infundido en que en realidad combina la materia herbal

con el azúcar mismo Es decir, las flores no están cernidas. Las asociaciones mágicas de esto La receta es paz, armonía, amor y felicidad.

- **1 parte de flores de lavanda (pelar los tallos)**
- **1 parte de azúcar granulada**
- **Jarra con tapa segura**

1. **Coloque las flores de lavanda y el azúcar en una licuadora.**
2. **Procese por 3 minutos, o hasta que las flores y el azúcar estén en pedazos pequeños y bien mezclados.**
3. **Colóquelo en un frasco con una tapa segura y guárdelo por hasta 1 mes.**

Vinagres artesanales para potencia

Todos estamos familiarizados con los vinagres de hierbas infundidos, que son fáciles de preparar. Simplemente corte o magulle ligeramente un puñado de cualquier hierba fresca que desee infundir y colocar la hierba en un frasco de vidrio con una tapa hermética. Cubra el herbario

importa con vino, sidra o vinagre de arroz, sella y deja reposar durante al menos dos tres semanas en el refrigerador, agitándolo periódicamente. Cuela la hierba importa (o se volverá amargo). Gusto. Si el sabor no es lo suficientemente fuerte, agregue un nuevo lote de hierba fresca picada o magullada a la infusión, tapa y deja que Descansa una semana más. Consultar semanalmente. Cuando el sabor deseado ha sido obtenido, colar la materia a base de hierbas. (Si el sabor no es lo suficientemente fuerte por tres semanas de infundir el segundo lote de hierbas, colarlas y reemplazar con un nuevo lote)

Los vinagres de frutas son menos conocidos, pero se hacen por el mismo método:

1. Corte en dados o triture ligeramente aproximadamente 1 taza de fruta y colóquela en un vaso recipiente con tapa hermética. (No agregue demasiada fruta, o la los azúcares naturales contrarrestarán las cualidades ácidas naturales del vinagre).
2. Cubra la fruta con sidra o vinagre de vino. Selle el recipiente y permita déjalo reposar en el refrigerador hasta que el sabor sea de tu agrado. Agitar el contenedor periódicamente.
3. Cuele la fruta cuando la fuerza de la infusión sea de su agrado.
4. Almacenar en el refrigerador.

Los vinagres de frutas hacen aderezos preciosos para ensaladas y adiciones refrescantes a adobos

Agregue dulzura con azúcares infundidos

Los azúcares saborizados se pueden usar en lugar de cualquier azúcar normal al hornear o para endulzar el té. Pruébelo con granola o muesli en el desayuno o espolvoree tostadas con mantequilla para un dulce regalo. Agregue una cucharadita de azúcar infundida al batido crema al batirlo para obtener un suave sabor floral para realzar las bayas frescas o el pastel. Para hacer un azúcar con sabor pruebe este método:

1. Limpie las hierbas o especias secas con azúcar granulada y cúbralas bien.
2. Dejar madurar durante al menos tres semanas. Si los aromas que tienes elegidos son fuertes (por ejemplo, canela o clavo), verifique el sabor del azúcar después de dos semanas. Si son muy delicados, es posible que desee Deje las hierbas por más tiempo para fortalecer el sabor.

No use hierbas o especias en polvo para este proyecto. Use semillas o frutas enteras o rotas. Por ejemplo, inserte clavos enteros, o rompa una rama de canela y empuje las piezas más pequeñas del palo en el azúcar.

Para los azúcares florales es importante separar los pétalos y asegurarse de que no la materia verde permanece unida a ellos. Es posible que desee cortar el blanco

extremo del pétalo (el pistilo) donde se une al tallo. Asegúrese de que el La flor que has elegido es comestible. Aunque tamizarás los pétalos cuando termines, los aceites y el sabor del pétalo permanecerán, y como interesante como huele la flor, no se puede juzgar la seguridad de su sabor por tales medios

Aquí hay algunas flores y hierbas recomendadas para usar solo o en combinación para crear deliciosos azúcares infundidos:

- lavanda
- vainilla
- Rosa
- Violeta
- Hojas de menta
- Flor de naranja
- Geranio perfumado

Me NFUSED S UGAR

No sustituya especias secas como canela o clavo por las hierbas en esta receta; el El sabor resultante del azúcar será demasiado intenso. Para un azúcar hecho con especias secas, vea el siguiente receta de azúcar con especias.
Rinde 1 taza de infusión de hierbas o azúcar floral.

- **Frasco de vidrio limpio y seco con tapa hermética.**
- **1 taza de azúcar granulada**
- **1 taza de flores o hierbas frescas, secas y limpias**

1. **Verter 1 / 4 taza de azúcar en la parte inferior de la jarra de vidrio.**
2. **Extiende 1 / 4 taza de hierbas o pétalos de flores en la parte superior del azúcar.**
3. **Vierta otro 1 / 4 taza de azúcar sobre las hierbas.**
4. **Repita con una capa de hierbas, seguida de una capa de azúcar, otra capa de hierbas y una capa de azúcar. Deje alrededor de un 1 / 2 pulgada de espacio en la parte superior de la jarra.**
5. **Tape el frasco de forma segura y agite la mezcla para dispersar la materia a base de hierbas en todo el azúcar.**
6. **Coloque el tarro de azúcar en un lugar fresco y oscuro y déjelo reposar durante 3 semanas a 1 mes antes utilizando.**
7. **Si tiene intención de hornear o cocinar con azúcar infundido, tamice la materia a base de hierbas. Si dejas el hierbas o flores en el azúcar, recuerde que cuanto más tiempo se sienta, más sabroso se vuelve. A medida que usa el azúcar, llene el frasco con más azúcar sin sabor. Tapar y agitar y lo hará toma la fragancia de las flores en el frasco.**
8. **Si vive en un ambiente húmedo, vigile de cerca las hierbas o flores, ya que pueden comenzar a moldearse o pudrirse. Si esto sucede, entonces se debe desechar el azúcar. Para evitar esto, asegúrese de que todas las hierbas y flores estén completamente secas cuando comience, y tamice planta la materia del azúcar una vez que el sabor alcance la intensidad que prefieras.**

S PICED S UGAR

Esta receta crea un encantador azúcar especiado adecuado para hornear, aromatizar café o fuerte té negro, y agregando a la migaja coberturas de pasteles de café o patatas fritas de frutas. Si haces un azúcar con una sola especia (como el azúcar de canela), simplemente puedes romper un palito de canela

en varios lugares e insértelo en un pequeño frasco de azúcar. Deje este frasco en un lugar fresco y seco para madura por al menos 2 semanas. A medida que usa el azúcar, reemplácelo con azúcar fresca granulada. y sacúdelo

- **1 taza de azúcar granulada**
- **1 cucharada de canela molida**
- **1 cucharadita de clavo molido**
- **1 cucharadita de nuez moscada**
- **2 cucharaditas de jengibre molido**
- **Frasco de vidrio limpio y seco con tapa hermética.**

1. **En un tazón pequeño, mezcle las especias.**
2. **Vierta 1 / 4 taza de azúcar en la parte inferior de la jarra.**
3. **Espolvorear 1 / 4 de la mezcla de especias en la parte superior.**
4. **Cubierta de la mezcla de especias con otro 1 / 4 taza de azúcar. Repita las capas, rematando con el final 1 / 4 taza de azúcar. Deje aproximadamente 1 / 2 pulgada de espacio en la parte superior de la jarra antes de taponado de forma segura**
5. **Agite la mezcla para mezclarla.**
6. **Coloque el tarro de azúcar en un lugar fresco y oscuro y déjelo reposar durante 2 semanas antes de usarlo.**
7. **Si no tiene canela molida o clavo, rompa un palito de canela en varios lugares y agregue eso con un diente o dos por capa de especias. Recuerde tamizar el azúcar antes de usarlo. ¡Agregue un grano de vainilla marcado al azúcar especiado para un regalo aún más delicioso!**

Mejora la salud con vegetales

Al igual que la fruta, un vegetal es el contenedor de semillas visible de una planta, y los vegetales llevar las asociaciones mágicas de ciclos y fertilidad. Cuando cocinas por lo tanto, puede elegir sus verduras por sus asociaciones estacionales y cómelos para sintonizar con la energía estacional. También puedes elegirlos por su asociaciones mágicas

Aquí hay una breve lista de vegetales comunes y sus asociaciones mágicas:

- **Ajo:** curación, protección, destierro, purificación.
- **Cebolla:** protección, exorcismo, curación, prosperidad.
- **Lechuga:** fertilidad, paz, armonía, protección.
- **Zanahorias:** fertilidad, salud.
- **Guisantes:** amor, abundancia.
- **Pepino:** fertilidad, curación, armonía.
- **Papas:** fertilidad, protección, abundancia.
- **Apio:** amor, tranquilidad, concentración.
- **Squash:** abundancia, armonía.
- **Hongos:** fuerza, coraje, curación, protección.
- **Puerro:** protección, armonía.
- **Coliflor:** protección, fertilidad.
- **Brócoli:** protección, abundancia.
- **Frijoles:** amor, familia, protección.
- **Repollo:** protección, prosperidad

• **Tomate:** protección, amor.

SOPAS

La sopa es una forma maravillosa de usar verduras. Un plato principal de sopa con un El pan abundante puede ser una forma abundante de disfrutar estos alimentos saludables. Aquí hay un Un puñado de recetas de sopa a base de vegetales para varias estaciones.

G AZPACHO

Esta sopa de vegetales refrigerada es un refrescante regalo de solsticio de verano o un agradable acompañañamiento de carnes a la brasa. Las asociaciones mágicas para esta sopa incluyen prosperidad, salud, amor, protección, paz y armonía. Esta receta es el sueño de una bruja verde, por eso cubre casi las siete áreas básicas de su enfoque. Los pimientos verdes están asociados con prosperidad; el pepino está asociado con la paz, la armonía y la salud; los tomates son asociado con el amor y la salud; el apio está asociado con la paz; las cebollas y los ajos son asociado con protección y salud; y los aguacates están asociados con el amor.
Sirve 4–6

- **2 pimientos verdes grandes, sin corazón, sin semillas y cortados en cubitos**
- **1 pepino grande, pelado y picado**
- **2 libras de tomates, sin corazón y cortados en cubitos**
- **1 tallo de apio, picado**
- **1 cebolla mediana, pelada y picada**
- **2 dientes de ajo pelados**
- **1 aguacate mediano, picado (opcional)**
- **1 cucharadita de sal**
- **1 / 4 cucharadita de pimienta recién molida negro**
- **Una pizca de albahaca**
- **Una pizca de perejil**
- **1 / 3 aceite de oliva taza**
- **1 cucharada de jugo de limón**
- **1 / 4 vinagre de vino tinto copa**
- **2 latas (12-15 onzas) de jugo de tomate o jugo V8**

1. **En una licuadora, combine los primeros siete ingredientes en lotes pequeños y mezcle hasta que quede suave.**
2. **Verter en un tazón grande. Agregue los ingredientes restantes y revuelva bien para combinar.**
3. **Cubra y enfríe durante al menos 5 horas o durante la noche. Revuelva bien y pruebe el condimento antes servicio. Ajuste según sea necesario.**
4. **Sirva en tazones o tazas grandes. Adorne la sopa como desee con picatostes, crema agria o yogurt, o perejil**

A PPLE , A LMOND, Y C URRY S OUP

Un giro refrescante en la sopa estándar, esta es una comida encantadora para servir durante el otoño equinoccio. Las asociaciones mágicas para esta sopa incluyen salud y curación, prosperidad y proteccion. Las manzanas están asociadas con la salud, la curación, el amor, la protección y la inmortalidad. Las almendras llevan la energía de la prosperidad y la curación. El curry está asociado con la protección.
Sirve 4–6

- **1 / 4 taza de mantequilla**
- **1 cebolla mediana, pelada y finamente picada**
- **1 1 / 2 libras de manzanas, sin corazón, peladas, cortadas en cubitos y**

- **6 cucharadas de almendras molidas**
- **4 tazas de caldo de pollo o vegetales**
- **1 / 2 curry en polvo cucharadita**
- **1 / 4 cucharadita de sal**
- **1 / 4 cucharadita de pimienta recién molida negro, o al gusto**
- **1 / 2 taza de crema ligera, yogur natural o leche de almendras**
- **Almendras tostadas en rodajas para decorar**

1. **Derrita la mantequilla en una cacerola grande. Agregue la cebolla y cocine suavemente hasta que se ablande (aproximadamente 5 minutos). Agregue las manzanas en cubitos y revuelva suavemente durante 2-3 minutos.**

2. Espolvoree las almendras molidas sobre la mezcla de manzana y cebolla y revuelva durante 1–2. minutos.
3. Vierta el caldo y el curry en polvo y hierva. Añadir sal y pimienta al gusto.
4. Reduzca el fuego a bajo. Cubra y cocine a fuego lento durante 20 minutos. Las manzanas deben estar tiernas.
5. Retirar del fuego y dejar enfriar un poco. Vierte la sopa en la licuadora o comida procesador y mezclar hasta que quede suave.
6. Vierta la sopa a través de un colador en una sartén limpia. Agregue crema, yogurt o leche de almendras y revuelva hasta que se mezcle Pruebe para sazonar y ajuste si es necesario. Si la sopa está muy espesa, agregue un poco más valores. Recalentar suavemente.
7. Sirva caliente, adornado con unas rodajas de almendras tostadas en rodajas, con una pizca adicional de polvo de curry en la parte superior si lo desea.

T OMATO S OUP

Los tomates se han asociado tradicionalmente con amor y protección. También son repleto de vitaminas, lo que las convierte en una fruta ideal para mejorar la salud. Albahaca está asociado con el amor, la protección y la prosperidad, mientras que el queso está asociado con el amor, la alegría, y espiritualidad. Las asociaciones mágicas para esta sopa incluyen prosperidad, salud y curación, y amor.
Sirve 4–6

• 2 cucharadas de aceite de oliva
• 1 cebolla mediana, pelada y cortada en cubitos
• 2 dientes de ajo, pelados y finamente picados
• 1–2 cucharadas de pesto fresco (opcional)
• 4 tazas de tomates frescos picados
• 2 tazas de caldo de pollo o vegetales
• 1 / 4 cucharadita de sal
• 1 / 4 cucharadita de pimienta recién molida negro, o al gusto
• Albahaca fresca rallada para decorar
• 2 cucharadas de queso asiáticogo o mozzarella rallado para decorar

1. Caliente el aceite en una cacerola grande. Agregue la cebolla, el ajo y el pesto (si está usando). Cocine suavemente por 5 minutos a fuego medio hasta que la cebolla esté suave.
2. Agregue los tomates y el caldo. Mezcle bien y llevar a ebullición. Agrega sal y pimienta.
3. Reduzca el fuego a bajo. Cubra y cocine a fuego lento, revolviendo ocasionalmente, durante 15-20 minutos.
4. Retirar del fuego y dejar que la sopa se enfríe un poco. Verter en un procesador de alimentos o licuadora y mezcle en lotes hasta que quede suave. Colar en una olla limpia para eliminar los grumos restantes.
5. Regrese la sopa a la estufa y vuelva a calentar suavemente. Pruebe para sazonar y ajuste si es necesario. Añadir más caldo si la sopa está muy espesa.
6. Servir caliente en tazones. Espolvorear con albahaca fresca rallada, una pizca de Asiago rallado o queso mozzarella y una pizca de pimienta recién molida.

C ARROT, C ORIANDER Y O RANGE S OUP

Esta es una maravillosa sopa de finales de verano o principios de otoño. Asociaciones mágicas para esta sopa. incluyen salud y felicidad. Las zanahorias están asociadas con la salud y la energía vital, mientras que las naranjas están asociadas con la felicidad y la salud. Ambos son de color naranja brillante, que es asociado con la salud, el éxito y la energía solar. El cilantro en esta receta lleva el energía de amor y energía activa, vital.
Sirve 4–6

• 3 cucharadas de aceite de oliva
• 1 cebolla mediana, pelada y picada
• 1 1 / 2 libras de zanahorias, peladas y cortadas en rodajas finas
• 2–3 cucharadas de cilantro molido
• 1 / 4 cucharadita de sal
• 1 / 4 cucharadita de pimienta recién molida negro, o al gusto
• 4 tazas de caldo de pollo o vegetales
• 1 / 4 taza de jugo de naranja recién exprimido
• Tiras finas de ralladura de naranja (opcional para decorar)
• Semillas de cilantro trituradas (opcional para decorar)

1. Caliente el aceite en una olla grande. Agregue la cebolla y cocine suavemente por 5 minutos o hasta que esté suave.
2. Agregue zanahorias, cilantro, sal y pimienta al gusto. Cubra y caliente suavemente durante 5 minutos para

ablande las zanahorias, agitando la sartén de vez en cuando para evitar que se peguen.
3. Vierta el caldo y revuelva. Llevar a hervir. Baje el fuego y cubra la olla. Cocine a fuego lento por 30 minutos o hasta que las zanahorias estén muy tiernas.
4. Retirar del fuego y dejar enfriar un poco. Verter en una licuadora o procesador de alimentos y mezcle en lotes pequeños hasta que quede suave. Colar la sopa en una olla limpia para eliminar cualquier resto bultos
5. Agregue el jugo de naranja a la sopa y vuelva a calentar suavemente. Agregue más caldo si la sopa es demasiado espesa. Pruebe para sazonar y ajuste si es necesario.
6. Servir caliente en tazones. Si lo desea, decore con tiras de ralladura de naranja y cilantro triturado. semillas

O NION S OUP

La sopa de cebolla es una forma deliciosa de calentarse en invierno. Asociaciones mágicas de esta sopa. Incluye salud y protección. Las cebollas llevan la energía de protección contra el mal y el daño como bien como buena salud. También son un excelente alimento para consumir para estimular el sistema inmune. sistema para combatir enfermedades. El perejil está asociado con la protección, la prosperidad y la fertilidad.
Sirve 4–6

- 6 cucharadas de mantequilla
- 4–6 cebollas blancas grandes, peladas y picadas
- 3 cucharadas de azúcar morena
- 2 cucharadas de harina
- 4 tazas de caldo de pollo o vegetales
- 2 cucharadas de perejil fresco picado
- 1 / 4 cucharadita de sal, o al gusto
- 1 / 4 cucharadita de pimienta recién molida negro, o al gusto
- 1 / 4 taza de jerez o puerto (opcional)
- Baguette o picatostes para decorar
- 1 taza de queso mozzarella rallado para decorar
- Perejil picado para decorar

1. Derrita la mantequilla en una cacerola grande. Agregue las cebollas y el azúcar morena y cocine a fuego medio. fuego alto, revolviendo constantemente, durante 15 minutos o hasta que esté pegajoso y de color marrón caramelo. Eliminar del calor

2. Agregue la harina. Agregue lentamente el caldo, revolviendo constantemente. Vuelva a calentar y hierva, revolviendo regularmente. Agregue perejil y sal y pimienta al gusto.
3. Cubra y cocine a fuego lento durante 20 minutos, revolviendo ocasionalmente.
4. Agregue el jerez o el oporto (si se usa). Pruebe y ajuste la sazón si es necesario.
5. Servir caliente en tazones. Decorar con una rebanada de pan tostado o pan frito, espolvoreado con queso rallado y perejil picado. Si lo desea, coloque los tazones en una bandeja para hornear y colóquelos debajo del asador durante 1 minuto para derretir el queso por completo.

Incorporar la bondad de los granos

En general, los granos (trigo, cebada, arroz y maíz) representan seguridad, abundancia, fertilidad, ciclos y prosperidad. Aquí hay dos recetas para el lado platos a base de granos. Ambos incorporan hierbas y queso, que es mágicamente asociado con el amor y la salud. Puedes ajustar las hierbas a esas de su preferencia

C HEESE Y H ERB R ICE

El arroz está mágicamente asociado con la fertilidad, la prosperidad y la abundancia, que es uno de los razones por las que tradicionalmente se ha lanzado a las parejas casadas. Esta receta tiene un buen lado Plato para servir con un plato fuerte de carne o vegetales pesados.
Sirve 4 como guarnición

- 1 taza de arroz blanco crudo
- 1 3 / 4 -2 tazas de pollo o de verduras

• 1 / 2 taza de queso cheddar
• 1 cebolla pequeña, pelada y rallada
• 2 huevos grandes, batidos
• 1 / 4 taza de mantequilla
• 1 / 2 hierbas taza fresca mezclada picadas (tales como romero, perejil, tomillo, orégano, cebollino)
• 1 1 / 2 tazas de leche

1. Precaliente el horno a 250 ° F.
2. En una cacerola mediana, hierva el caldo. Agregue arroz y revuelva. Reduzca el calor, cubra y cocine a fuego lento durante 20 minutos. Retírelo del calor.
3. Agregue queso, cebolla, huevos y mantequilla al arroz cocido en la cacerola y mezcle bien para mezcla. Agregue suavemente las hierbas y la leche.
4. Vierta en una cacerola de 2 cuartos. Hornear durante 1 1 / 2 horas.

H ERBED P OLENTA S LICES

La polenta es harina de maíz cocida en un sólido cremoso con la textura del puré de papas suave. Por lo general, se sirve como guarnición, como papas o arroz. También como esos almidones, es versátil. y puede vestirse o dejarse tan simple como lo desee. Para hacer polenta, use harina de maíz que sea sobre la consistencia de la arena (una consistencia parecida a la harina es demasiado fina). El truco para prepararlo es nunca dejar de remover. El maíz está mágicamente asociado con la prosperidad, la salud y la fertilidad. Estas rodajas son excelentes calientes, pero también se pueden comer frías. Son maravillosos servidos con un Ensalada abundante como plato principal. Las asociaciones mágicas de este plato incluyen prosperidad, salud, y protección.
Sirve 8 como guarnición, 4 como plato principal

Página 152

• 2 1 / 2 pollo tazas o caldo de verduras
• 2 / 3 harina de maíz taza
• 3 / 4 taza de queso queso fuerte (como Gruyère, Suiza, o emmental)
• 3 cucharaditas de mantequilla, divididas
• 1 1 / 2 cucharaditas de romero fresco picado
• 1 cucharadita de tomillo fresco picado
• 1 cucharadita de perejil fresco picado
• Sal y pimienta (opcional)
• 8 ramitas pequeñas de hierbas para decorar (opcional)

1. Unte con mantequilla un molde para pastel de vidrio de 9 pulgadas. Precaliente el horno a 350 ° F.
2. Lleve el caldo a ebullición en una olla de fondo grueso. Agregue lentamente la harina de maíz en una corriente, revolviendo constantemente con una cuchara de madera.
3. Reduzca el fuego al mínimo y siga revolviendo hasta que la mezcla se espese (6–8 minutos). Retírelo del calor.
4. Agregue el queso rallado y la mitad de la mantequilla. Revuelva hasta que el queso se derrita y esté completamente combinado con la polenta.
5. Agregue las hierbas frescas picadas. Sazone con sal y / o pimienta si lo desea.
6. Raspe la polenta en la fuente para hornear con mantequilla. Difundir de manera uniforme. Enfriar hasta que esté firme (aproximadamente 30 minutos).
7. Forre una bandeja para hornear con papel de aluminio. Cortar la polenta enfriada en ocho cuñas. Retire cada cuña desde el molde para pastel hasta la bandeja para hornear, volteando cada cuña para que el lado liso quede encima. Puntee cada cuña con un poco de la mantequilla restante.
8. Hornee hasta que se caliente (unos 10 minutos). En los últimos 1 a 2 minutos, agregue una ramita de hierbas a la parte superior de cada cuña.

Por último, pero no menos importante, aquí hay una receta para el pan. La harina de pan es trigo basado y, como otros productos de granos, lleva la asociación mágica de prosperidad. El pan en sí mismo representa estabilidad, armonía y éxito.

H ERB P EASANT B LEER

Esta receta es una buena base para cualquier combinación de adiciones de hierbas. Intenta usar hierbas frescas, pero si las usas en seco, asegúrate de cortarlas o molerlas finamente. Este pan es maravilloso para comer mientras aún está caliente y se unta con mucha mantequilla. Las asociaciones mágicas para este pan son salud, prosperidad, abundancia y estabilidad.
Hace 1 pan o redondo

- 1 cucharada de azúcar
- 1 taza de agua tibia (alrededor de 110 ° F), dividida
- 2 cucharaditas colmadas de levadura (o 1 paquete)
- 1 cucharadita de sal
- 2 tazas de harina, más más para amasar
- 1 cucharada de romero fresco picado
- 1 cucharada de tomillo fresco picado
- 1 cucharada de eneldo fresco picado
- 1 cucharada de cebollino fresco picado
- 1 cucharada de aceite de oliva, más más para recubrir

1. En una taza o un recipiente pequeño, mezcle el azúcar en 1 / 4 taza de agua tibia. Espolvorea la levadura sobre ella y déjelo a prueba hasta que esté espumoso (aproximadamente 5 minutos).
2. En un tazón grande, agregue sal a la harina. Haga un pozo en la harina y vierta la levadura a prueba en.
3. Agregue las hierbas y 1 cucharada de aceite de oliva a la mezcla de harina. Revuelva para combinar todos los ingredientes.

Page 153

4. Agregue lentamente el agua tibia restante mientras revuelve para crear una bola de masa firme. Si agregas también mucha agua, simplemente agregue un poco de harina para compensar.
5. Raspe los lados del tazón y agregue los raspados a la bola de masa. Espolvorea la pelota y tazón con un poco de harina. Cubra con un paño limpio y húmedo y déjelo crecer en un lugar cálido con sin corrientes de aire hasta que doble de tamaño (aproximadamente 1 1 / 2 horas).
6. Retire la masa del tazón y colóquela sobre una superficie enharinada. Amasar por aproximadamente 5 minutos hasta que esté suave y elástico. Espolvorea harina sobre la superficie de amasado según sea necesario que la masa no se pegue
7. Forme la masa en un círculo aplanado de aproximadamente 1 pulgada de grosor o en un tronco en forma de barra. Colocar en bandeja para hornear. Cepille toda la parte superior con aceite de oliva y deje que se eleve a la altura que desee. (Colocar la masa en un horno apenas tibio es un buen lugar para que suba).
8. Caliente el horno a 400 ° F. (Si su pan está subiendo en el horno, retírelo con cuidado y luego caliente el horno.) Hornee el pan por 10 minutos, o hasta que estén doradas.

Otras mezclas de hierbas que serían deliciosas adiciones para el pan incluyen:

- 2 cucharaditas de romero, 1 cucharadita de orégano y 1 cucharadita de tomillo
- 1 cebolla pequeña (pelada y rallada) y 2 cucharaditas de eneldo
- 1 cebolla pequeña (pelada y rallada) y 1–2 dientes de ajo (pelados y picados)

Expresiones de gratitud

Me gustaría agradecer a Eileen y Brett por todo su arduo trabajo en el nuevo versión de este libro; Creo que es mejor que nunca. Gracias también salgan de nuevo a el equipo original de Provenance Press que inicialmente me ayudó a desarrollar y forma este material hace doce años, especialmente Andrea. Y finalmente, gracias. gracias a todos los lectores que me enviaron respuestas entusiastas a *The Way of the Green Witch a lo* largo de los años, y solicitó que esté disponible nuevamente.

Sobre el Autor

A RIN M URPHY -H ISCOCK es un autor que ha estado activo en el campo de espiritualidad alternativa por más de veinte años. Ella vive en montreal Canadá.

Apéndice

Las asociaciones mágicas de lo natural

Artículos

T , listas E STOS MÁGICOS DE ASOCIACIONES , al igual que las otras listas en este libro, tienen ensamblado durante mis años de práctica e incluye tanto el mío asociaciones y correspondencias tradicionales. Aparte de personal experimentación y trabajo, mis fuentes a lo largo de los años han incluido libros como *A Modern Herbal de* Mrs. M. Grieve , Scott Cunningham's *Enciclopedia de hierbas mágicas* , *El libro maestro de herboristería de* Paul Beyerl y *A Compendium of Herbal Magick* , y *The Wicca Herbal de* Jamie Wood .

Un LLSPICE:
prosperidad, suerte, curación, purificación, protección, dinero

UN LMOND:
amor, dinero, curacion, sabiduria

A NGELICA:
protección, interruptor hexagonal, curación, habilidades psíquicas, bendición de la casa, purificación

Un beso:
habilidades psíquicas, lujuria, suerte, purificación, amor

Un PPLE:
amor curativo paz

A SH:
protección, fuerza, curación, prosperidad

B ASIL:
amor, confianza, abundancia, prosperidad, coraje, disciplina, protección, matrimonio, purificación, suerte, habilidades mentales

B AY:
protección, purificación, resistencia, fidelidad, poderes psíquicos, adivinación, sabiduría, fuerza

B AYBERRY:

abundancia, prosperidad

B ENZOIN:
purificación, curación, prosperidad

B IRCH:
protección, purificación, nuevos comienzos, niños

C ATNIP:
gatos, amor, belleza, felicidad, tranquilidad, suerte

C EDAR:
curación, purificación, protección, prosperidad

C HAMOMILA:
purificación, curación, calma la ansiedad, cura suavemente la mala suerte, calma niños

C HICKWEED:
animales, amor, fidelidad, curación, pérdida de peso

C INNAMON:
curación, amor, lujuria, éxito, purificación, protección, dinero, psíquico conciencia

C INQUEFOIL (HIERBA DE CINCO DEDOS):
elocuencia, astucia, dinero, protección, sueño, sueños proféticos, purificación amor

C AMOR:
protección, habilidades mentales, atracción, purificación, comodidad

C AMANTE:
lujuria, ruptura de maleficios, prosperidad, purificación, amor, suerte, protección, éxito, fidelidad, comodidad

C OMFREY (BONESET):
curación, prosperidad, protección, viajes

C ORIANDER:
curación, amor, lujuria

C UMIN:
protección, antirrobo, amor, fidelidad

C PRENSA:
protección, confort, curación

D AISY:
espíritus de la naturaleza, amor, niños

D ANDELION:
longevidad, mejora la capacidad psíquica, intuición, espiritual y emocional limpiador

---

160 de 1189.

D ILL:
protección, amor, atracción, dinero, fuerza, suerte, facilita el sueño, mental habilidades, pérdida de peso

E CHINACEA:
curación

E LDER, FLOR ANCIANO:
protección contra rayos, belleza, adivinación, prosperidad, purificación, bendición de la casa, curación, sueño

E LM:
amor, proteccion

E UCALIPTO:
protección, curación

E YEBRIGHT:
verdad, atraviesa la ilusión, la certeza, la capacidad psíquica

F ENNEL:
coraje, fuerza, limpieza

F TODOS:
amor, fidelidad, proteccion, sanacion

F LAX:
dinero, protección, belleza, curación

G ARDENIA:
amor, atraccion, paz, meditacion

G ARLIC:
curación, bendición de la casa, protección, lujuria, antirrobo

G ERANIO:
amor, curación, protección, fertilidad

G INGER:
curación, amor, dinero, energía

H ESPOSO:
protección, fertilidad, felicidad

H AZEL:
habilidades mentales, fertilidad, protección, sabiduría, suerte

H EATHER:
protección, lluvia, suerte

H ELIOTROPO:
clarividencia, habilidades psíquicas, salud, dinero

H IBISCO:
amor, lujuria, adivinación, armonía, paz

H ONEYSUCKLE:
abundancia, suerte, prosperidad, alivia el dolor, mejora las habilidades psíquicas (hacer no use las bayas; son venenosos)

H OPS:

curación, sueño

H YACINTO:

amor, confort, proteccion

H YSSOP:
purificación, protección

J ASMINE:
amor, atraccion, prosperidad, tranquilidad

J UNIPER:
limpieza, purificación, protección contra accidentes, protección contra enfermedad, amor, antirrobo, fertilidad, habilidades psíquicas

L AVENDER:
curación, amor, felicidad, cura pena y culpa, sueño, tranquilidad, protección, purificación, paz, bendición de la casa, sabiduría, hijos, matrimonio

L EMON:
purificación, amor, protección, felicidad

L ICORICE:
amor, lujuria, proteccion, fidelidad

L ILAC:
protección, belleza, amor, habilidades psíquicas, purificación, prosperidad.

L ILY:
protección, antídoto de amor, verdad

L IME:
amor, purificacion, suerte, dormir

L OTUS:
bendición, meditación, protección

Page 163

M APLE:
dulzura, prosperidad, matrimonio, amor, dinero

M ARIGOLD:
energía positiva, protección, alivia el estrés legal, aumenta la conciencia psíquica, paz

M ARJORAM:
protección, amor, felicidad, salud, dinero, matrimonio, comodidad

M EADOWSWEET:
paz, amor, felicidad, conciencia psíquica

M INT:
purificación, preserva la salud, claridad mental, protege a los viajeros, atrae dinero, salud, amor, exito

M ISTLETOE:
curación, protección, amor, fertilidad, sueño, suerte

M UGWORT:
adivinación, protección, curación, fuerza, lujuria, poder psíquico, fertilidad, protege a los viajeros

N ETTLE:
limpieza, protege del peligro, protege la salud

N UTMEG:
clarividencia, salud, suerte, fidelidad

O AK:
purificación, protección, prosperidad, salud y curación, dinero, fertilidad, suerte, fuerza

Page 164

O NION:

curación, protección, purificación

O GAMA:
amor, alegria, purificacion, prosperidad

O REGANO:
paz

P ARSLEY:
curación, lujuria, fertilidad, amor, pasión, protección, rompe maleficios, prosperidad, purificación, alivia el dolor

P ATCHOULI:
dinero, fertilidad, lujuria, clarividencia, adivinación, amor, atracción

P EPPER:
protección, purificación

P INE:
prosperidad, curación, purificación, fertilidad

P OPPY:
fertilidad, abundancia, sueño, amor

R OSE:
curación, amor, conciliación, restauración, amor propio, atrae el amor y el bien fortuna, cura problemas, mejora la capacidad psíquica

R OSEMARIO:
limpieza, protección, curación, longevidad, mejora la memoria y concentración

R OWAN (CENIZA DE MONTAÑA):
purificación, bendición de la casa, protección, curación, habilidades psíquicas, sabiduría, fortalece los hechizos

R UE:
protección, habilidades mentales, purificación, salud, comodidad

S AGE:
curación, longevidad, buena salud, conciencia psíquica, protección

La hierba de S. T. John:
coraje, poder del sol, fertilidad, purificación, curación, energía positiva

T ARRAGON:
limpieza, regeneración, transformación

T HYME:
purificación, limpieza psíquica, adivinación, curación, mejora la memoria, facilita el sueño, coraje

V Alerian (ALL-Heal):
purificación, protección, curación, amor, sueño, atracción

V ANILLA:
amor, prosperidad, lujuria, energía, habilidades mentales, creatividad

V ERBENA (VERVAIN):
purificación, protección, bendiciones, comunicación con los espíritus de la naturaleza.

V IOLET:
tranquilidad, amor, suerte, protección, curación

Page 166

W ALNUT:
curación, habilidades mentales

W ILLOW:
comunicación, elocuencia, protección, curación, amor, sueños.

FLECHA Y :
matrimonio, coraje, amor y amistad, habilidades psíquicas, ruptura de maleficios

Page 167

Bibliografía

Alden, Lori. *El tesauro del cocinero.* 1996–2006, www.foodsubs.com.

Andrews, Ted. *Encantamientos del Reino de las Hadas: Comunicaciones con Espíritus de la naturaleza y elementales* . St. Paul, MN: Llewellyn, 1993.

Beith, Mary. *Hilos curativos: medicinas tradicionales de las tierras altas y Islas* Edimburgo: Polígono, 1995.

Beyerl, Paul. *Compendio de Magia Herbal* . Custer, WA: Phoenix Editorial, 1998.

———. *Libro maestro de herboristería.* Custer, WA: Phoenix Publishing, 1984

Compton, Madonna Sophia. *Herbal Gold: alternativas de curación.* San Pablo, MN: Publicaciones de Llewellyn, 2000.

Cowan, Eliot. *Medicina de espíritu vegetal* . Newberg, OR: cisne, cuervo y Empresa, 1995.

Cunningham, Scott. *Enciclopedia de cristal, gema y metal de Cunningham Magia, 1ª ed.* St. Paul, MN: Publicaciones de Llewellyn, 1988.

———. *Enciclopedia de Cunningham de hierbas mágicas* , *2ª ed.* San Pablo, MN: Publicaciones de Llewellyn, 2000.

———. *Enciclopedia de Cunningham de Wicca en la cocina* , *3ª ed.* S t. Paul, MN: Publicaciones de Llewellyn, 2003.

———. *Tierra, aire, fuego, agua: más técnicas de magia natural.* S t. Paul, MN: Publicaciones de Llewellyn, 1991.

———. *Poder de la Tierra: Técnicas de Magia Natural* . San Pablo, MN: Publicaciones de Llewellyn, 1983.

———. *Herboristería Mágica: El Arte Secreto del Sabio.* San Pablo, MN: Publicaciones de Llewellyn, 1983.

Davies, Owen. *Cunning-Folk: Magia popular en la historia inglesa.* Londres: Hambledon y Londres, 2003.

Dugan, Ellen. *Witchery Cottage: Magia natural para hogar y hogar.* St. Paul, MN: Publicaciones de Llewellyn, 2005.

———. *Garden Witchery: Magia desde cero.* San Pablo, MN: Publicaciones de Llewellyn, 2003.

Eason, Cassandra. *Druida moderna.* Nueva York: Citadel Press, 2003.

Farrar, Janet y Stewart. *La diosa de las brujas: el principio femenino de la Divinidad* . Custer, WA: Phoenix Publishing, 1987.

———. *El dios de las brujas: señor de la danza.* Custer, WA: Phoenix Editorial, 1998.

Verde, mariana. *Brujería salvaje: una guía para la naturaleza, hierbas y tierra La magia* . (Publicado anteriormente como *Elementos de la magia natural.)* Londres: Thorsons, 2002.

———. *Una bruja sola: trece lunas para dominar la magia natural.* Londres: Thorsons, 1995.

Duelo, señora Maud. *Un herbario moderno en dos volúmenes: The Medicinal, Propiedades culinarias, cosméticas y económicas, cultivo y tradiciones populares de Hierbas, hierbas, hongos, arbustos y árboles con sus usos científicos modernos.* (Originalmente publicado en 1931.) Nueva York: Dover Publications, 1982.

Harner, Michael. *El camino del chamán: una guía para el poder y la curación* .

Nueva York: Bantam Books, 1982.

Hobbs, Christopher. *Remedios herbales para tontos.* Foster City, CA: IDG Libros, 1998.

Hoffman, David. *El herbario holístico ilustrado completo: una caja fuerte y Guía práctica para hacer y usar remedios herbales.* Shaftesbury: Element Books, 1996.

Lipp, Frank J. *Hierbas curativas.* Londres: Duncan Baird Publishers, 1996.

Page 169

Lujuria, John. *El libro de hierbas: la guía completa y autorizada para Más de 500 hierbas* . Nueva York: Beneficial Books, 2001.

McArthur, Margie. *Sabiduría de los elementos: la rueda sagrada de la tierra, Aire, fuego y agua.* Freedom, CA: Crossing Press, 1998.

Monaghan, Patricia. *El libro de las diosas y heroínas, rev. ed.* S t. Paul, MN: Llewellyn Publications, 1990.

Morrison, Dorothy. *Brote, flor y hoja: el jardinero mágico de hierbas Manual.* St. Paul, MN: Publicaciones de Llewellyn, 2001.

Moura, Ann. *Green Witchcraft: Magia Folklórica, Hada Lore, y Herb Craft* . S t. Paul, MN: Publicaciones de Llewellyn, 1996.

Müller-Ebeling, Claudia, Christian Rätsch y Wolf-Dieter Storl. *Medicina de brujería: artes curativas, prácticas chamánicas y prohibido Plantas* Traducido por Annabel Lee. Rochester, VT: Tradiciones interiores, 2003.

Murphy-Hiscock, Arin. *Power Spellcraft for Life: The Art of Crafting and Fundición para un cambio positivo.* Avon, MA: Provenance Press, 2005.

Palin, Poppy. *Craft of the Wild Witch: espiritualidad verde y natural Encantamiento* . St. Paul, MN: Publicaciones de Llewellyn, 2004.

RavenWolf, Silver. *Magia popular americana: hechizos, hechizos y hierbas.* (Originalmente publicado en 1995 como *HexCraft* .) St. Paul, MN: Llewellyn Publicaciones, 1998.

Sierralupe, Suzan Stone. "Camino de la Bruja Verde". *SageWoman* (Problema 41, primavera de 1998).

Arboreto nacional de los Estados Unidos: resistencia a la planta nacional del USDA Mapa de Zona, www.usna.usda.gov/Hardzone/index.html . (consultado el 27 de abril de 2017)

Valiente, Doreen. *Magia natural* . Custer, WA: Phoenix Publishing, 1975.

Oeste, Kate. *El jardín de las brujas reales: hechizos, hierbas, plantas y magia Espacios al aire libre.* Londres: Element, 2004.

Williams, *remedios caseros herbales de* Jude C. *Jude: salud natural, belleza, Y secretos para el cuidado del hogar.* St. Paul, MN: Publicaciones de Llewellyn, 1998.

---

170 de 1189.

Índice

Una nota sobre el índice: las páginas a las que se hace referencia en este índice se refieren a los números de página en la impresión
edición. Al hacer clic en un número de página, irá a la ubicación del libro electrónico que corresponde a
comienzo de esa página en la edición impresa. Para obtener una lista completa de ubicaciones de cualquier palabra o frase,
use la función de búsqueda de su sistema de lectura.

Page 173

Page 174

175 de 1189.

Page 176

Page 177

Page 178

Page 179

Page 180

Adams Media
Una impresión de Simon & Schuster, Inc.
57 Littlefield Street
Avon, Massachusetts 02322

Primera edición de tapa dura de Adams Media SEPTIEMBRE 2017

ADAMS MEDIA y colophon son marcas registradas de Simon y Schuster.

Para obtener información sobre descuentos especiales para compras a granel, comuníquese con Simon
& Schuster Special Sales al 1-866-506-1949 o business@simonandschuster.com.

Simon & Schuster Speakers Bureau puede traer autores a su evento en vivo. por
Para obtener más información o para reservar un evento, comuníquese con los oradores Simon & Schuster
Bureau al 1-866-248-3049 o visite nuestro sitio web en www.simonspeakers.com .

Diseño interior por Michelle Kelly
Diseño de portada de Stephanie Hannus
Imágenes de portada © Get Ty Images / Nata_Slavetskaya, Kenny371

Datos de catalogación en publicación de la Biblioteca del Congreso
Murphy-Hiscock, Arin, autor.
La bruja verde / Arin Murphy-Hiscock.
Avon, Massachusetts: Adams Media, 2017.
Incluye índice.
LCCN 2017020010 (impresión) | LCCN 2017027766 (libro electrónico) | ISBN 9781507204719
(hc) | ISBN 9781507204726 (libro electrónico)
LCSH: Brujería. El | Naturaleza - Miscelánea.
LCC BF1566 (Libro electrónico) | LCC BF1566 .M788 2017 (impresión) | DDC 133.4 / 3 - dc23
Registro de LC disponible en https://lccn.loc.gov/2017020010
ISBN 978-1-5072-0471-9
ISBN 978-1-5072-0472-6 (libro electrónico)

Contiene material adaptado del siguiente título publicado por Adams Media, un
Impresión de Simon & Schuster, Inc .: *El camino de la bruja verde* por Arin Murphy-
Hiscock, copyright © 2006, ISBN 978-1-59337-500-3.